

www.trome.com
facebook.com/tromepe
@tromepe
PROMOCIÓN ARRANCA ESTE LUNES
trome
AÑO 24 | Nº 8684
JUEVES 31 DE JULIO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20
INSCRÍBETE AL 710-0260 O INGRESA A trome.com
HOY S/200
EL MAGO BILLETÓN trome
EL MAGO TRAE MÁS PLATITA
CÚSTER DE 'LOS ANCONEROS' INVADIÓ A TODA VELOCIDAD CARRIL DEL METROPOLITANO Y CHOCÓ CON BUS
CORRELÓN DEJA 3 MUERTOS
CONDUCTOR DEL METROPOLITANO
Página 10
FOTOS: ALLENGINO QUINTANA
ANDRÉS YOPÁN DÍAZ (CHOFER DE CÚSTER)
JAMIL CASTILLEJO
SEGUNDO RODRÍGUEZ
FALLECIDOS
CHOFER Y DOS PASAJEROS MURIERON POR EL FUERTE IMPACTO. HAY 17 HERIDOS Y VEHÍCULO TENÍA 8 PAPELETAS POR 37 MIL SOLES
CREMAS RECIBEN A GRAU Y ALIANZA VISITA A JUAN PABLO II
CHOCA CON LA 'PULGA'
PÁGINA 11
GIULIANA: ES UN MALAGRADECIDO
POR FOTO DEL PAPÁ DE SU HIJA CON MAGALY Y NOTARIO
PÁGINA 15

ENCUESTA

SÍ 10%
NO 90%

AYER ¿Cree que Dina Boluarte salvó al Perú de ser como Cuba o Venezuela?

HOY ¿Está de acuerdo con que hayan 44 partidos que participen en las elecciones del 2026?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"Su modelo socialista es un rotundo fracaso, señor (Luis) Arce. No hay nada ofensivo en decir la pura verdad (sobre la situación de Bolivia). Agradezca que pueden seguir comprando soles para mantener a flote su economía".
ALEJANDRO CAVERO (CONGRESISTA)



"En un país donde las economías ilegales mueven 15 mil millones de dólares anuales, en pleno desborde criminal, con la cocaína y el oro ilegal, mantener la crisis política y debilitar a nuestras instituciones es muy rentable".
RUBÉN VARGAS (EX MINISTRO DEL INTERIOR)

DÓLAR 3.55 COMPRA 3.58 VENTA

EURO 4.20 COMPRA 4.22 VENTA

CLIMA MÁXIMA 19° MÍNIMA 17°

trome
Editor General: José Castillo Altez
Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21. Teléfono: 311-6500.
Fax: 311-6353. Página web: www.trome.com E-mail: trome@trome.com Publicidad: 708-9999.
Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.

LA SEÑO MARÍA



EL ENVIDIOSO ES INFELIZ

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un estofadito de pollo con arroz bien graneadito y papita amarilla. Para tomar se pidió una jarrita de limonada al tiempo. **"María, dos de los grandes defectos de los seres humanos es ser envidioso y malagradecido.** Hay muchos pobres diablos que van por la vida viendo qué hacen los demás para criticarlos, les duele el éxito ajeno, sufren por eso. Desean el mal. Realmente es gente muy infeliz, que se fija en los demás porque ellas mismas no pueden concretar sus sueños por falta de talento, iniciativa o preparación. El verdadero hombre de bien no mira al costado ni vive de los demás. Su objetivo siempre está al frente, rodeándose de gente valiosa, brinda buenas vibras y evita perder tiempo en criticar a los demás, sino en aprender.

Los envidiosos en el Perú están al acecho de los que trabajan mejor. Mi lema siempre ha sido y será: trabaja y demuestra lo que vales. El hipócrita y resentido social envilece un entorno, lo socava por dentro. A veces es difícil detectarlo, te sonríe con los dientes, pero por dentro te apuñala y aprovecha cualquier oportunidad para dejarte mal ante los demás, solo porque desea lo que tienes y él no puede. Sigue estos consejos:

→ **Si quieres algo, si deseas lo que otros tienen:** trabaja, sacrifícate, estudia y esfuérzate. Nada llega del cielo.

→ **El envidioso gasta su tiempo viendo lo que hacen los demás**, en lugar de dedicarse a sus asuntos.

→ **Tienen baja autoestima, la sensación de no ser suficiente en comparación con otro**s. Poseen inseguridad emocional y se sienten amenazados por la felicidad o el éxito de los demás.

→ **Miden su propio valor en función de lo que poseen o han logrado en comparación con otros**. Por eso se suelen sentir inferiores o guardan resentimiento a los exitosos.

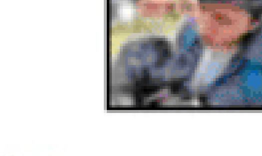
→ **Falta de gratitud**: en lugar de agradecer lo que tienen o a quienes lo ayudaron, se enfocan en lo que les falta.

→ **Competitividad excesiva**: no trabajan para conseguir el éxito personal, sino por ser más que el resto. Gary tiene razón. Me voy, cuídense.

KARRY

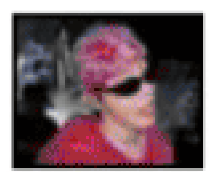


LOS 'TUITS' DEL DÍA

@AAQuinteros10
ADOLFO QUINTEROS

Yoshimar Yotún vuelve después de más de un año (455 días). Conmovedor recibimiento de su familia con la frase 'siempre a tu lado'. 'Yoshi' se emocionó hasta las lágrimas. ¡El mejor de los deseos!

@jacklv1306
FLY

El accidente en Alfonso Ugarte se pudo evitar. ¿Qué hacía una cúster en el carril exclusivo del Metropolitano? Por la imprudencia una tragedia tan horrible, los videos y las fotos son de terror. La verdad que el chofer de la cúster...

HABLAN LOS TROMES

Terremoto en Rusia

El terremoto de 8.8 grados en Rusia y la amenaza de tsunami en el Perú nos debe hacer reflexionar sobre la importancia no solo de participar en los simulacros, sino de construir nuestras viviendas, colegios y otros edificios de manera antisísmica. Imagínense la mortandad que hubiera habido en el país con un sismo de esa magnitud. En los conos se construye solo con albañiles y sin estudios de suelo.

Walter Jara Ayulo
Vecino de Carabayllo

Gracias a Dios no hubo tsunami, solo olas un poco más grandes de lo habitual. Es preciso que la población sepa cómo responder ante un evento como ese. Imagínense que nos agarra un terremoto en el colegio, nuestras casas, en un bus o en la calle.

Los jóvenes se van

Miles de jóvenes se van todos los años del país. La mayoría son profesionales calificados que no encuentran en el Perú oportunidades para desarrollarse. Es decir, el país los prepara y ellos se van fuera. Hay que retener a nuestros talentos, a los buenos profesionales. Creen una entidad que se dedique a reclutar a este personal calificado para la administración pública. Díganle adiós al tarjetazo.

César Aspíllaga Soto
Vecino de Punta Hermosa

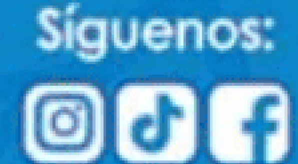
Desde 1990, más de 3 millones de peruanos se fueron del país y no volvieron. Solo el año pasado se fueron 600 mil a Estados Unidos, Chile, Argentina, España o Canadá. El perfil: jóvenes, con estudios universitarios, varios idiomas y sin hijos.

EMERGENCIAS

Bomberos	116	Escuadrón verde	4276904
Emergencias	105	Luz del Sur	6175000
Defensa Civil	115	Sedapal	3178000
Essalud	4118000	Indecopi	2247777
Águilas Negras	3623277	Pluz Energía	5171717



Síguenos:







40% DTO.

SEGUNDO PAR EN ZAPATILLAS POWER , NORTH STAR, BUBBLEGUMMERS

Se aplican restricciones, consultar en tienda. Imágenes referenciales. Stock mínimo 01 unidad por producto. Válido hasta el 31 de julio.





50% DTO.

POR COMPRAS MÍNIMAS DE S/200 LLÉVATE CUALQUIER ACCESORIO

Se aplican restricciones, consultar en tienda. Imágenes referenciales. Stock mínimo 5 unidades. Válido hasta el 31 de julio.





HASTA 40% DTO.

EN CARTERAS Y ACCESORIOS SECRET BY SAMSONITE

Se aplican restricciones, consultar en tienda. Imágenes referenciales. Stock mínimo 2 unidades. Válido hasta el 31 de julio.

SAMSUNG



DE: S/ 5,299 A: S/4,449

SAMSUNG S25 DE 512 GB

Se aplican restricciones, consultar en tienda. Imágenes referenciales. Stock mínimo 01 unidad por producto. Válido hasta el 31 de julio.

Plaza Norte · Mall del Sur

Disfrute DE LOS MEJORES EVENTOS





MÚSICA DEL RECUERDO CON MICKY SÁNCHEZ
Sábado 02 / 7:00 p.m. Plaza Norte



SHOW MUSICAL CON ORQUESTA BEMBÉ
Sábado 02 / 7:00 p.m. Mall del Sur



SHOW INFANTIL DE BURBUJAS
Domingo 03 / 5:00 p.m. Plaza Norte

*Fotos referenciales.



ENCUENTRE LIBRO DESDE



APROVECHE LOS ÚLTIMOS DÍAS



Te esperamos en:







LIBRERÍA Entre Páginas





MAFIA DE CUPOS

Meten bombazo a dos locales comerciales

Integrantes de una red criminal que cobra cupos detonaron una potente bomba que causó daños materiales en dos locales comerciales, en San Juan de Lurigancho. Aprovecharon la madrugada para atacar un taller de instalación de aire acondicionado y una tienda de venta de repuestos para vehículos, en la cuadra 34 de la avenida Próceres de la Independencia. La onda expansiva afectó el frontis y destrozó las ventanas del piso superior.

Efectivos de la Unidad de Desactivación de Explosivos (Udex) evaluaron el tipo de bomba que se usó. Se cree que una mafia ordenó el ataque para obligar a los dueños a pagar cupos. (E. Cirilo)

EN LA CALLE

Acribillan a dos amigos



Dos pistoleros desde una moto lineal atacaron a balazos a dos amigos cuando bebían gaseosa frente a una vivienda en Villa Los Reyes, Ventanilla.

A las diez de la noche, los desconocidos que vestían prendas oscuras abrieron fuego contra Luis Neil Chuquimango Barboza (24) y Carlos Santiago de Paz Cotrina (26). Las víctimas estaban reunidas en la avenida Nicaragua, asentamiento humano Los Cedros.

Ambos, con heridas de bala en las piernas, fueron llevados al hospital de Ventanilla. Se desconoce el móvil del atentado. (E. Cirilo)

EN CAMPO DEPORTIVO

Juega fulbito y lo matan

ELIUD PINEDA

Después de jugar un partido de fulbito, un hombre fue asesinado a balazos por un sicario al salir de un campo deportivo, en San Juan de Lurigancho.

La noche del martes, Eliud Vladimir Pineda Acuña fue interceptado por el asesino, quien con sangre fría lo acribilló fuera de la cancha de fulbito, en el paradero 3 de la avenida Canto Grande. La víctima fue llevada al Hospital de San Juan de Lurigancho, pero llegó sin vida.

En el lugar se halló cuatro casquillos de bala. No le robaron nada. Sería una venganza. (E.C.)

MALEANTES SE REPARTÍAN EL BOTÍN CUANDO LA POLICÍA LOS SORPRENDIÓ EN INMUEBLES

EN MAGDALENA

BRINDABAN POR ASALTO A CASA DE CAMBIOS Y LOS ATRAPAN

DINERO HALLADO EN BÚNKER

Después de repartirse el jugoso botín y celebrar tomando cerveza fueron arrestados integrantes de una banda criminal que, según la Policía, habrían asaltado una casa de cambios en Magdalena del Mar y robaron 90 mil soles en moneda nacional y extranjera.

La noche del martes, delincuentes aprovecharon el feriado de Fiestas Patrias y habrían usado a un bebé y un cochecito para no despertar sospechas y fracturar el candado del local, en la cuadra 5 del jirón José Gálvez.

Tras abrir la puerta, un ladrón entró y con diversas herramientas cortó los fierros de una reja para poder incursionar por la parte alta hacia la oficina. Tras rebuscar los cajones, se apoderó de 90 mil soles que metió en una mochila.

Luego de dos horas sus cómplices que estaban en la parte externa del local le abrieron la puerta y todos huyeron en una camioneta van de color blanco, captada en video.

Integrantes de banda 'Los Occidentales' habían robado 90 mil soles de local

Durante la madrugada, detectives de la Dirección General de Inteligencia del Ministerio del Interior (Digimin) y de la Brigada Antirrobos buscaron a los delincuentes. En San Juan de Lurigancho ubicaron el vehículo y detuvieron a Fredy Reynoso Gone (49) y Julisa Edith Sobrado Araujo (29).

Estas capturas permitieron el arresto de Diomer Erick Pelayo Corne (24) y Cristian André Falcón Moreno (22), en dos habitaciones de una vivienda que policías abrieron a combazos. Luego, con apoyo de efectivos del Grupo de Respuesta Rápida Contra el Crimen Organizado (Grecco), irrumpieron en una casa de la calle Atusparia, Señor de los Milagros, en Nocheto, El Agustino, y detuvieron a Jesús Sandro Soto Sánchez. Allí, 'Los Occidentales' se habían repartido el dinero robado y brindaron con latas y botellas de cerveza. En la mesa quedaron los cintillos de los fajos de billetes.

Los detectives recuperaron 2 mil 500 dólares y más de ocho mil soles.

Se incautaron las prendas de vestir, gorras deportivas y herramientas que los rateros usaron en el atraco, así como dos coches de compras. (E. Cirilo)

SEPA QUE:

→ **Diomer Pelayo y Cristian Falcón** fueron detenidos en febrero pasado por tenencia de armas de fuego pero estaban libres.

→ **El 20 de julio último,** Los Occidentales habrían robado 140 mil dólares de una casa de envío de dinero al extranjero.

JULIDA SOBRADO (29)

DETENIDOS





DESCARGA LA APP Y ENCUENTRA MÁS OFERTAS.



Google Play



App Store



CONECTA RETAIL S.A. - RUC 20141189850

¡APROVECHA ESTAS INCREÍBLES OFERTAS!



RACK FIJO (32" A 80") + INSTALACIÓN DE TV A DOMICILIO
S/139



LG
TELEVISOR
55UA7300PSB
- Ultra HD 4K
- Smart TV
- Sintonizador digital ISDB-T
- HDMI x3 / USB x2 / Bluetooth

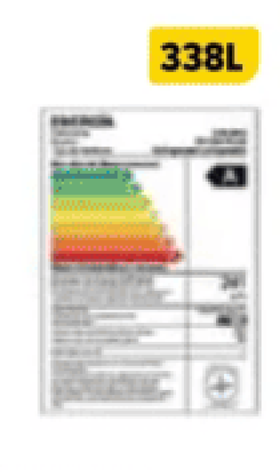
PRECIO EXCLUSIVO CON
S/1,359
OTRO MEDIO DE PAGO: S/1,599



MICROSOFT 365 PERSONAL + ANTIVIRUS KASPERSKY + ASIST. TECNOLÓGICA 6 MESES
S/399

acer
LAPTOP ASPIRE
AL16-51P-7984
- Intel Core i7 12ava Gen 10 Núcleos
- 16GB RAM
- 512GB SSD
- Intel UHD Graphics

S/2,499





ASISTENCIA PLUS HOGAR 12 MESES
S/179





REFRIGERADORA TOP FREEZER
RX 360 PLUS
- Active - C Fresh: Filtro anti-olores
- Tecnología Inverter Plus
- Control digital
- Iluminación interna



PRECIO EXCLUSIVO CON
S/1,316
OTRO MEDIO DE PAGO: S/1,549



GARANTÍA PLUS POR 1 AÑO ADICIONAL
S/237

LG
MINICOMPONENTE XBOOM 3500W
CL98.DPERLLX
- Bluetooth 5.3
- Karaoke Star
- Batería recargable
- Conexión micrófono



PRECIO EXCLUSIVO CON
S/1,699
OTRO MEDIO DE PAGO: S/1,999



ANTIVIRUS MCAFEE TOTAL PROTECTION PARA CELULARES
S/39.90

SAMSUNG
SMARTPHONE GALAXY A16
SM-A165MZKALTP
- Almacenamiento: 128GB + 4GB RAM
- Cámara Frontal: 50+5+2MP
- Cámara Selfie: 13MP

S/539





COMBO: TETERA LETIZIA Y TERMO BOMBA
P108040018
- Material de acero inoxidable

S/109

EN Efectiva Tu financiera
¡QUEREMOS PREMIARTE!



Inscríbete y participa en el sorteo de
20 SMART TV HYUNDAI DE 40"
Vigencia del 16 de julio al 31 de agosto de 2025



ESCANEA ESTE CÓDIGO QR Y PARTICIPA GRATIS





Tarjeta Unica: TCEA 172.32%. Ejemplo: TCEA referencial calculada con una TEA: 109.83%. Por consumos de S/1,000 a un plazo de 12 meses, pagando cuotas aproximadas de S/136.61, tendrá un total de intereses de S/460.56. En la medida que la tarjeta tenga movimientos y/o saldo deudor se cobrará una prima mensual variable de Seguro de Desgravamen, aplicando una tasa de 3.00% calculada sobre el saldo deudor capital promedio diario del ciclo de facturación, con un máximo mensual de S/14.90, por membresía anual de S/49. Se considera envío de Estado de Cuenta virtual sin costo. Tasa de interés moratorio aplicable según tarifario vigente. Factor de amortización: 24 meses. Año: 360 días. Sujeto al ITF 0.005%. Mayor información sobre tasas de interés, comisiones y gastos en el tarifario vigente ubicado en la red de Agencias Crediscotia y en www.crediscotia.com.pe o comunícate con nuestra Banca Telefónica al 01-211-9000 (Lima y provincias) o al 0-801-1-9000 (desde teléfonos fijos de provincias). CrediScotia Financiera S.A. R.U.C. 20255993225. **CONDICIONES GENERALES:** Vigencia del 31 de julio al 02 de agosto del 2025 o hasta agotar stock. Stock mínimo: 10 unidades por Sku a nivel nacional, válido en tiendas LA CURACAO a nivel nacional, excepto plataforma web. Las promociones no son acumulables ni transferibles. No válido para venta mayorista. **PROMOCIÓN 15% EN ELECTRO, TELEFONIA Y HOGAR DESDE 599 - CON TARJETA ÚNICA:** Descuento válido por compras en Electro, Telefonía y Hogar desde 599 Soles, descuento máximo S/ 500 soles por transacción. Vigencia del 22 al 31 de julio de 2025 o hasta agotar fondo promocional. Máximo 2 transacciones por tarjeta y por cliente. Pago total con su tarjeta Única. Promoción no incluye garantías extendidas. Promoción no válida para LC Andahuaylas ni LC Cusco. No válido para venta mayorista. Clientes que efectúen más del número de transacciones permitidos por tarjeta pueden ser excluidos de futuras campañas de descuento. Promociones válidas sólo para clientes finales pagando con su DNI. **SERVICIOS:** Mayor información de términos y condiciones en: https://www.lacuracao.pe/curacao/terminos-condiciones. **SORTEO 20 SMART TV HYUNDAI CON EFECTIVA:** Vigencia del 16/07/2025 al 31/08/2025. Stock de premios: Gana uno de los 20 TV HYUNDAI de 40" (SKU: HYLED4027RIM). Solo un premio por ganador. Promoción válida a nivel nacional para clientes y no clientes, mayores de 18 años, que durante la vigencia del sorteo haya registrado sus datos personales y otorgado su consentimiento, haciendo un clic, en el botón "Acepto el tratamiento de mis datos personales para fines adicionales", a través de la landing de captación de datos: www.efectiva.com.pe/landing-captacion-de-datos/. Fecha del sorteo 08/09/2025. Para mayor información revisar términos y condiciones: https://www.efectiva.com.pe/promociones-y-campanas/consentimiento-de-datos-julio/

*DESDE ESTE LUNES

¡MÁS PLATITA PARA NUESTROS LECTORES!

1 PREMIO DE 20,000 SOLES · 8 PREMIOS DE 5,000 SOLES · 20 PREMIOS DE 1,000 SOLES · 1,000 PREMIOS DE 100 SOLES · 900 PREMIOS DE 50 SOLES

EL MAGO BILLETÓN trome

Trome está imparable este 2025. Por eso, este lunes 4 de agosto lanza su nueva promoción El Mago Billetón, que repartemás de 200 mil soles en efectivo.

Durante cinco semanas consecutivas tendrás la oportunidad de llevarte montos de 20 mil, 5 mil o mil soles limpios de polvo y paja.

Ojo, este lunes 4 de agosto entregaremos la primera cartilla y durante la semana saldrán los cupones. De lunes a viernes serán seis y los sábados y domingos ocho. No te olvides que las cartillas serán diferentes para que tengas más posibilidades de ganar.

Con esa platita fácil pagas tus deudas, emprendes un negocio o sales de viaje. ¡No te quedes y participa!

COBRA AL TOQUE

- **Los ganadores de Lima Metropolitana** de 50 y 100 soles deben ir con su canillita de confianza para validar su cartilla.
- **Para premios de mil soles** o más deberán acercarse al jirón Paracas 530, Pueblo Libre, los martes y jueves.
- **Los ganadores de provincias** deben ir a la agencia más cercana.

ASÍ SE GANA

- **Los lunes recibirás** una cartilla gratis con tu Trome.
- **Como son diferentes,** mientras más tengas mayores chances de ganar.
- **Los cupones** se publican todos los días. De lunes a viernes son seis. Los sábados y domingos serán ocho.
- **Para ganar,** completa con los cupones una columna de cinco espacios de una letra de BINGO.

*PARTICIPA Y GANA

Dinero todos los días con la 'Súper Llamada'

Para que te recuperes de los gastos de Fiestas Patrias, qué mejor que participar en la 'Súper Llamada Ganadora'. De lunes a sábado tenemos un premio diario de 200 soles y los domingos sale el 'Reventón semanal' de 1500 soles. No te quedes y participa.

Para que sean tuyos solo tienes que inscribirte todos los días en **trome.com** o llamando al **710-0260**. Lo puedes hacer de 6 de la mañana a 4 de la tarde Un notario supervisará el sorteo y dará fe de la legalidad del acto.

Ayer, nuestra lectora Doris Quiroz, del distrito de Pachacámac, se llevó los 200 soles con el 'número de la suerte' 3025271.

*EN EL PAÍS

Controlan el temible dengue

El Ministerio de Salud redujo en 81 % la letalidad del dengue a nivel nacional, gracias a las medidas preventivas adoptadas por el gobierno en los últimos dos años.

"Este año se proyectaba como apocalíptico en materia de dengue, pero la visita a más de 14 millones de viviendas para control larvario y la fumigación en casi 5 millones ha tenido un efecto real", dijo el ministro César Vásquez. Hoy podemos decir con satisfacción que no hemos registrado fallecidos por dengue en regiones [endémicas] como Tumbes, Piura, Ica, La Libertad y Lima", destacó Vásquez.



✱TRAS EL TERREMOTO DE 8.8 GRADOS EN RUSIA

ALERTA DE TSUNAMI ASUSTÓ A MEDIO PERÚ



Marina de Guerra cerró todos los puertos y caletas del litoral nacional. Al final, solo olas de un metro golpearon las costas sin generar daños





El terremoto de 8.8 grados ocurrido el martes en la península de Kamchatka, Rusia, desató una alerta de tsunami en todas las costas del Pacífico. En el caso del Perú, las autoridades cerraron puertos y caletas, así como las líneas costeras, a fin de prevenir desgracias. Sin embargo, el tren de olas generado por el sismo no pasó del metro de altura y golpeó el litoral a las 11:50 de la mañana, según estimaciones de la Marina de Guerra del Perú.

La Dirección de Hidrografía y Navegación señaló que el fenómeno continuó por la tarde, no solo en Lima y Callao sino también en Huacho, Ilo (Moquegua) y otros, tras lo cual se alejará del país.

NO OBEDECEN

En algunas playas de la Costa Verde los surfers entraron a nadar o practicar deportes acuáticos como si nada pasara. Al cabo de unos minutos, los serenos los retiraron por medida de prevención.

De otro lado, una mujer en Chorrillos llevó a su nieto al malecón para observar el fenómeno marino, pese a las órdenes de evacuación emitidas por la Marina de Guerra del Perú. "Lo traigo a mi nieto para que también conozca", dijo.

La Municipalidad de Magdalena del Mar mantuvo cerradas las bajadas de Marbella y Sucre, mientras restaurantes conocidos como la Rosa Náutica y las escuelas de surf cerraron.

Mientras tanto, un helicóptero del Ejército sobrevoló la playa Punta Negra para verificar el estado del oleaje en la zona.

El contraalmirante Jorge Vizcarra dijo que las olas alcanzaron la costa norte sin provocar daños materiales ni personales, como en Talara y Paita. En este último puerto el mar se retiró unos cincuenta metros.

Desde las 7 de la mañana, millones de teléfonos celulares en el país recibieron sonidos de alarma del Sismate.



✱HOY SERÍA IGUAL

Sol calentó en Lima

Lima volvió a tener ayer brillo solar hacia la tarde, sobre todo al norte y este, y hoy podría repetirse por el debilitamiento de vientos del sur, informó el Senamhi.

La Molina llegó a 23°C, Carabayllo a 22°C, San Martín de Porres y San Borja 21°C, Jesús María 20°C. Sin embargo, desde mañana hasta el domingo 3 de agosto aumentará en toda la costa la velocidad del viento de moderada a fuerte intensidad.

(I.M.)

✱HACEN PESAS, BARRAS Y PLANCHAS

Abuelitos son pura fibra

POR: KATTY GINES

'El Tata', 'Juanca' y 'Fran' están muy cerca de cumplir los 70 años, y se han convertido en la motivación de muchos jóvenes en el gimnasio del Pentagonito de San Borja. Pese a su edad hacen planchas, barras y corren como chiquillos de veinte años.

Juan Carlos Campos tiene 60 años y hace ciclismo. Sus amigos le decían 'manguera' porque era muy flaco, así que decidió hacer musculatura para que lo dejen de llamar así.

José Antonio Ramírez, 'El Tata', de 68 años, es un trome de las pesas y trabaja sus abdominales.

Mientras que Francisco, de 70 años, llega muy temprano al gym y no se va hasta que termine su rutina.

Los tres quieren llegar a los 80 años sin molestias y gozando de la vida.

Aconsejan a las personas a evitar el sedentarismo, porque no hay nada mejor que tener una buena salud física y mental para afrontar las enfermedades.

✱MUNICIPALIDAD

Presentan nueva Vía Expresa sur

El primer tramo de construcción del nuevo corredor vial de la Vía Expresa sur fue presentado ayer por la Municipalidad de Lima. Los trabajos consistieron en movimiento de tierra, conformación de subrasante y vaciado de concreto.



El corredor proyecta cinco estaciones del Metropolitano para que, a futuro, los buses sigan trayecto hacia la Línea 1 del Metro de Lima y así interconectar Carabayllo (Estación Chimpu Ocllo) y San Juan de Miraflores en menos de una hora.

"El objetivo es que la Vía Expresa sur pueda llegar a la Panamericana sur. El proyecto también contempla la instalación de cuatro semáforos", señaló el alcalde Rafael López Aliaga.

✱CONGRESISTA ZEGARRA

Acepta ayuda de denunciante

La vocera de Somos Perú, Ana Zegarra, aceptó que coordinó una ayuda que la empresaria Blanca Ríos iba a darle para trabajos proselitistas en 2023.

"Yo tuve conversaciones, sí (con Ríos), para dar información, trasladar las inquietudes, dar comunicaciones", dijo.

Zegarra reconoció que fue un error aceptar esa ayuda y que la empresaria sabía que realizaba actividades proselitistas en paralelo a su trabajo como coordinadora.

Y que ese apoyo económico no se concretó.

EN LO QUE VA DE SU GESTIÓN, LA MANDATARIA HA VIAJADO 10 VECES AL EXTRANJERO

A JAPÓN E INDONESIA

DINA PIDE PERMISO PARA MÁS VIAJECITOS

SU SOLICITUD GENERÓ CRÍTICAS DE POLÍTICOS Y DE LA POBLACIÓN EN REDES SOCIALES

PATRICIA CHIRINOS

La presidenta Dina Boluarte presentó ante el Congreso un nuevo pedido para viajar fuera del país a Japón e Indonesia, del 5 al 12 de agosto.

De acuerdo a la solicitud de la mandataria, ella tiene previsto reunirse el 8 de agosto con el primer ministro Shigeru Ishiba y ser recibida en audiencia oficial por el emperador Naruhito, en Tokio.

También señala que participará en la Expo Universal Osaka-Kansai 2025, como parte del 'Día del Perú', que será el 9 de agosto.

Respecto a Indonesia, Boluarte indica que tiene programada una visita de Estado en Yakarta, para cerrar el Acuerdo de Asociación Económica Integral (CEPA).

CRÍTICAS

En lo que va de su gestión, Dina ha realizado 10 viajes al exterior. Uno de los primeros fue a Brasil y los demás Estados Unidos, Alemania, El Vaticano, China, Suiza, Ecuador y Francia.

Es precisamente por esta situación que muchos usuarios en las redes sociales han criticado duramente a la jefa de Estado: "Parece que está juntando millas", "Otra vez se va del país", "Estamos ante una alerta de tsunami y ella pensando en irse", fueron algunos de los mensajes que se vieron en las redes sociales.

Otros mensajes decían: "Se siente muy segura de que el Congreso va a acceder a otro de sus caprichos. Una presidenta que está de mantequilla y de salida vive en otra realidad", "Como no podía ser, buscando más viajecitos de placer, porque sabe que después de julio 2026 tendría que hacerlos con su dinero".

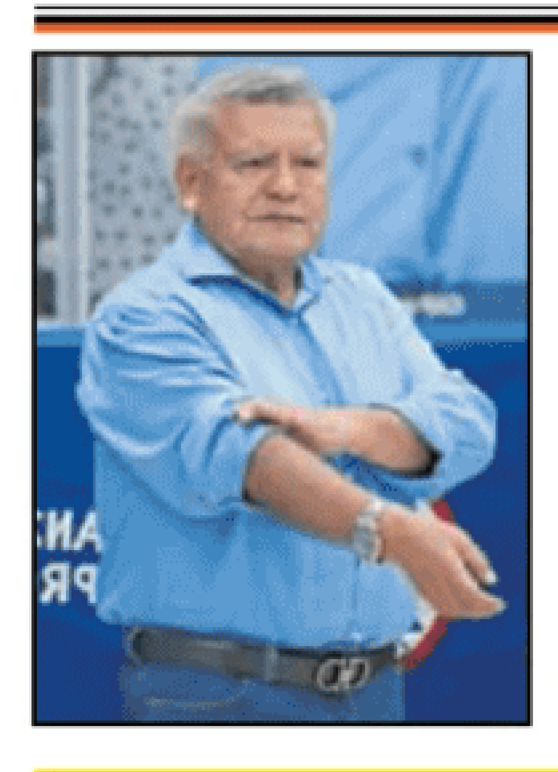
Una de las políticas que la cuestionó fue Patricia Chirinos (Renovación Popular), quien lamentó que Dina 'no aprenda' el malestar que generan en el país sus pedidos para viajar fuera.

"La madame no aprende, no le importa, no tiene vergüenza. Ahora alista sus maletas para viajar a Japón. ¿A qué va? ¿No le basta con el rechazo del Perú? Mientras el país se hunde en crisis, la señora Boluarte solo piensa en hacer turismo. Esperemos que esta vez sus aliados no le den permiso y, por una vez, piensen en los peruanos. ¡Póngase a trabajar señora!", escribió la chalaca en su cuenta de X (Twitter).

> "Japón e Indonesia son países importantes en su relación con el Perú [...]. Es un momento propicio para reforzar las relaciones diplomáticas, políticas, económicas y comerciales con Japón".



Elmer Schialer (Canciller)



AFIRMA QUE SON SUPERIORES

Gobernador Acuña dice 'somos una raza distinta'

César Acuña, gobernador de La Libertad, para viajando fuera del país y no atiende los problemas de su región, en especial de la delincuencia. Pero eso no le hace mella y hasta alaba a su agrupación Alianza Para el Progreso (APP). Incluso, dijo que la militancia apepista es superior a otros partidos políticos del Perú.

"En APP somos una raza distinta, que no somos sinvergüenzas", señaló al destacar que la agrupación no está implicada en hechos ilícitos como otras.

Pero ayer, el Ministerio Público realizó una diligencia de exhibición de documentos en la sede del Gobierno Regional de La Libertad, a fin de verificar información sobre los procesos de selección y adjudicación de obras públicas.

Es que el último domingo el programa 'Panorama' reveló que una joven de apenas 23 años y sin experiencia en el sector construcción obtuvo contratos por más de S/300 millones en esa instancia, encabezada por Acuña.

ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Reemplazan a 'Wasi Mikuna'



La ministra de Desarrollo e Inclusión Social, Leslie Urteaga, anunció que los padres de familia serán quienes administren la distribución de alimentos del nuevo Programa de Alimentación Escolar. Este reemplazará a 'Wasi Mikuna' y detalló que también se creará el Programa Nacional de Alimentación y Bienestar Comunitario.

Y CONGRESO LA BLINDÓ

Mayor parte de tesis de Benavides es plagio

Durante la audiencia en la que se evaluó la anulación o ampliación de la suspensión de Patricia Benavides como fiscal suprema, la representante del Ministerio Público, Alejandra Cárdenas Ávila, reveló que Benavides presentó una tesis 'con 85% de plagio'.

Además, César San Martín, quien preside la Sala Penal Permanente Suprema, sostuvo en la sesión que desde la Subcomisión de Acusaciones Constitucionales del Congreso habría ocurrido una especie de 'blindaje' a favor de Benavides.

Al cierre de esta edición no se conocía la resolución.



PARA RECIBIR VISITAS

Proponen locutorios para presos



El parlamentario Roberto Chiabra presentó un proyecto de ley para que los internos del régimen cerrado puedan recibir sus visitas en forma indirecta, mediante locutorios, con el objetivo de frenar la inseguridad.

Se busca modificar los artículos 37° y 39° del nuevo Código de Ejecución Penal y, además de lo ya mencionado, los presos de régimen abierto y semiabierto tendrán derecho a una comunicación de trato directo con sus visitantes.

Otra modificación que se plantea es que los reclusos de régimen cerrado ordinario podrán recibir un máximo de dos visitas por semana, mientras que los de régimen cerrado especial una visita como máximo por semana.

INTERNACIONAL

TIGRESAS CLARITA Y CIVA CELEBRAN SU DÍA

Felinos más grandes del mundo son la atracción del Parque de las Leyendas Huachipa

POR: ISABEL MEDINA

Los tigres son los felinos más grandes del mundo y se acaba de celebrar su día internacional. El Parque de las Leyendas tiene hermosos ejemplares, como Civa: primera tigresa de bengala blanca nacida en cautiverio en Perú y América Latina.

"Los tigres son expertos trepadores, saltadores y, a diferencia de los leones, solitarios y les gusta el agua. En Huachipa tenemos dos tigresas de bengala blancas: Clarita y su hija Civa", dijo la médico veterinaria Celia Díaz, jefa del área de manejo de animales del Parque de las Leyendas Huachipa.

Civa es la más famosa. "Atrajo a prensa nacional e internacional porque no fue fácil que su madre primeriza la cuide y tuvo crianza asistida. Tomaba leche de biberón y el equipo profesional logró su buen crecimiento, ya tiene 12 años", dijo a Trome.

SEPA QUE:

→ **En el mundo,** los tigres enfrentan graves amenazas por la pérdida de su hábitat natural y la caza furtiva.

→ **El parque realiza actividades** para promover aprendizaje, valoración y conciencia sobre la protección y conservación de animales.

Son madre e hija y la primera come ocho kilos de carne al día

RUGEN Y RONRONEAN

De cachorrita se veía como gatita atigrada. Tiene expertos cuidadores como Cátedro Montes y Amadeo Hermoza, y se integró a Roberto Cacique. Él contó que Civa pesa 150 kilos y come siete a ocho kilos de carne al día.

"Clarita ruge en su juego, usa almohadas de pajilla y aromas amaderados y frutales, y le gusta descansar. Civa es más juguetona, ronronea y con protección y uso de extensores le gusta que le rasquen el cuello. Es la primera en saludar en el felinario, el público se emociona al verla a través de los vitrales y toman fotos y 'selfies'".

En la sede San Miguel, el médico veterinario Julio Jiménez, del área de manejo y conservación animal, detalló que tienen seis tigres de bengala, tres de ellos blancos. "Naysha nació en el 2011, y en el 2015 llegaron Kumar y Kael (machos blancos). De Naysha y Kael nacieron en nuestro recinto: Yari, Sumac y Lima. Ya tienen seis años y Lima es tigresa blanca", precisó.



ATENCIÓN JÓVENES

Alertan por falsas promesas de trabajo

La Superintendencia Nacional de Fiscalización Laboral (Sunafil) alertó a los jóvenes que se encuentran en búsqueda de oportunidades laborales, a que presten atención al contenido y a la fuente de las convocatorias de trabajo. Recomendó tener cuidado con las ofertas laborales que no requieren estudios ni experiencia previa y que prometen un sueldo atractivo.

Es que detrás de un aviso donde se ofrece un trabajo fácil, viajes y estadía pagada, puede esconderse una red que lucra con la explotación humana.

Estos anuncios suelen aparecer en redes sociales, mensajes de WhatsApp. Por ejemplo: "Se busca joven para trabajar en provincia o en el extranjero. No se necesita experiencia. Buen sueldo. Alojamiento y alimentación".

La víctima podría ser cualquier persona con ganas de progresar, ya que los tratantes buscan especialmente a quienes están en situación de vulnerabilidad.

EN ESPECIAL LAS JÓVENES

Peruanas no desean casarse, solo convivir

Las peruanas prefieren más la convivencia que casarse. Ese estado casi triplica al matrimonio, según un informe del Instituto de Ciencias para la Familia de la Universidad de Piura.

En su estudio 'Estados maritales de las mujeres en Perú', el Observatorio de Familia señala que la convivencia es más común entre mujeres jóvenes y de menor nivel educativo. El 52 % de encuestadas entre 20 y 24 años reportó convivir y un 38 % en las de 45 a 49 años.

El matrimonio es más frecuente entre las mayores (33 %) y en las más jóvenes solo el 5 %. Y más allá de la elección individual, señalan que debe interesar el efecto social y demográfico.



DE LA AVENIDA BRASIL

Recogen 3 toneladas de basura



Con basura a lo largo de varias cuadras quedó la avenida Brasil tras el Desfile Cívico Militar por Fiestas Patrias. Cuadrillas municipales realizaron varias horas de trabajo de limpieza para recolectar la gran cantidad de botellas, latas, bolsas, cartones, volantes, platos descartables y restos de alimentos. Se estima que retiraron cerca de tres toneladas de basura de pistas, veredas y jardineras centrales.

En la avenida Brasil ya se habilitaron las vías principales, pero aún no las auxiliares para que se termine el desmontaje de tribunas, estrados, toldos y cercos.



3.57 SOLES

Dólar subió un poquito

Tras varias semanas de mantener tendencia a la baja, el precio del dólar registró ayer alza.

En los últimos días el mercado cambiario oficial no registró variación debido a los feriados de Fiestas Patrias, pero ayer el tipo de cambio interbancario (oficial) cerró en 3.57 soles, mientras que el viernes fue en 3.54 soles, según reportes del Banco Central de Reserva del Perú.

El dólar paralelo (calles y casas de cambio) se cotizó entre 3.55 soles la compra y 3.58 soles la venta. (I.M.)

UNIDAD DE **'LOS ANCONEROS' INVADIÓ CARRIL EXCLUSIVO A TODA VELOCIDAD** Y PROVOCÓ TRAGEDIA



FOTOS: ALLENGINO QUINTANA

CÚSTER CHOCA BUS DEL METROPOLITANO Y DEJA 3 MUERTOS

EN AVENIDA ALFONSO UGARTE

Horror en el Cercado de Lima. Tres muertos y 17 heridos, algunos de ellos graves, dejó ayer la violenta colisión entre una cúster de la empresa de transportes conocida como 'Los anconeros' contra un bus del Metropolitano en la rampa de ingreso a la avenida Alfonso Ugarte.

El fatal accidente de tránsito se registró alrededor de las dos de la tarde. Por causas que se desconocen, la combi de placa A9H-785, de la empresa Nueva Estrella, que venía de norte a sur, se salió de su carril sobrepasó un muro de separación y embistió a la unidad del Metropolitano en el carril exclusivo de esta. Se cree que se le vaciaron los frenos. "No hay huella de frenada y hay líquido de freno regado en la pista", dijo Rubén Aguilar, uno de los choferes de un carro que, tras la colisión, impactó contra el segundo vehículo.

Los tres fallecidos estaban en la cúster, entre ellos el chofer, que quedó atrapado entre el timón y el asiento, y dos pasajeros. Otras 17 personas quedaron heridas en las dos unidades.

Los fallecidos son: Andrés Yopán Díaz (chofer de cúster), Segundo Teodoro Rodríguez Jiménez (49) (pasajero) y Jamil Kevin Castillejo Capcha (24).

"El chofer del Metropolitano está policontuso y con cortes producto del quiebre de los vidrios. Hay un par de niños entre los heridos", señaló Iván Calvo, comandante del Departamento Lima Centro de los bomberos.

El resto de lesionados tienen fracturas expuestas de tibia y peroné, golpes en la cervical, en la cabeza y policontusiones.

Los heridos del Metropolitano fueron llevados a la Clínica Internacional y los de la cúster al hospital Loayza, ubicado a solo 50 metros.

Debido al accidente se formó un infernal atolladero de tránsito en la zona. Los buses troncales del Metropolitano fueron desviados a las avenidas Emancipación y Lampa. Hasta el cierre de esta edición, cientos de buses, combis y autos trataban de salir del infierno de tránsito, pues la avenida Alfonso Ugarte seguía cerrada.

ENTRE LOS FALLECIDOS FIGURAN EL **CHOFER DE LA CÚSTER Y DOS PASAJEROS,** ADEMÁS DE 17 HERIDOS



ANDRÉS YOPÁN DÍAZ (CHOFER) | JAMIL CASTILLEJO | SEGUNDO RODRÍGUEZ

FAMILIARES

Carro de la muerte debía 37 mil soles

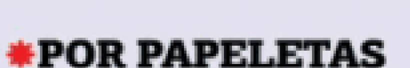
POR PAPELETAS

Ocho papeletas por faltas graves, que alcanzaban los 37 mil 400 soles, tenía la cúster de los 'Anconeros' que dejó tres muertos tras chocar con un bus del Metropolitano.

Al respecto, el representante de la ATU, Pavel Flores, dijo que pese a ello la unidad tenía autorización de ruta y funcionamiento, así como el Soat en regla.

La unidad, que cubre la ruta Ancón-Ventanilla, recibió las papeletas entre 2018 y 2024, y varias se encuentran en cobranza coactiva o con medidas cautelares.

La mayoría son por exceso de velocidad, precisamente una de las razones por las que se habría estrellado en la avenida Alfonso Ugarte.



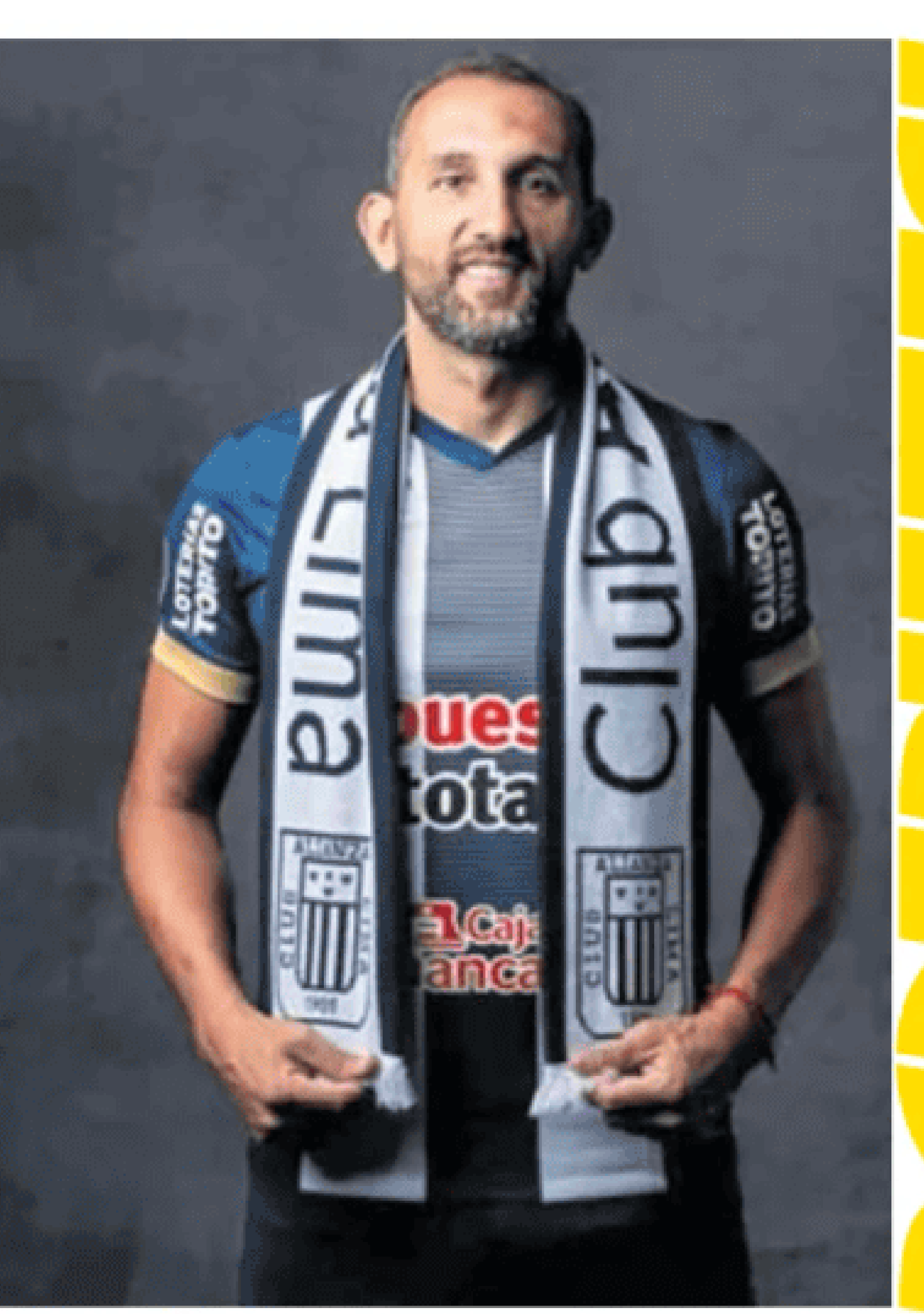
8 fallecen cada día en accidentes de tránsito

TRISTE REALIDAD

Terrible realidad. Hasta mayo de este año, mil 215 personas habían fallecido por accidentes de tránsito en el país.

La información es del Sistema Informático Nacional de Defunciones (Sinadef). Es decir, más de 8 muertos por día.

Lima tiene el mayor número con 240, seguido de Cusco (138), Piura (99), Puno (91) y Junín (84). Las causas más recurrentes son: exceso de velocidad, imprudencia del conductor, conducción en estado de ebriedad, falta de mantenimiento, falta de señalización y mal estado de las vías, uso del celular al volante y fatiga y sueño en conductores.



✱ALIANZA LIMA OBLIGADO A GANAR A JUAN PABLO II

POR LA BENDICIÓN

Trujillo.- Pecadores con fe. Tras su mal arranque en el Clausura, con derrota y empate, a Alianza Lima solo le queda ganar hoy a Juan Pablo II para enderezar el rumbo. El partido será en el 'Mansiche' desde las 7 de la noche y con arbitraje de Pablo López. El 'Pirata' Hernán Barcos comandará la 'nave' blanquiazul que echará de menos a 5 titulares: Paolo Guerrero, Carlos Zambrano, Sergio Peña, Piero Cari y Eryc Castillo, quienes no viajaron. Una vez más, el uruguayo Pablo Ceppelini tendrá su chance desde el inicio, al igual que el extremo Gaspar Gentile. La última vez que los íntimos jugaron en este escenario salieron vencedores por 1-0 ante Comerciantes Unidos.
Enfrente tendrán al recién ascendido Juan Pablo II que llega golpeado, ya que sufrió un 5-1 de visita ante Sport Huancayo. El cuadro de Chongoyape tendrá como '9' a Mauricio Affonso, quien fuera artillero de Alianza Lima en 2018 y 2019, y ahora buscará 'vacunarlos'.

DATAZOS

✱**EN EL** Apertura, Alianza Lima superó 1-0 en Matute a Juan Pablo II.
✱**JUAN PABLO II** no pierde como local desde febrero.

> **"Es una motivación y plus jugar contra Alianza Lima, los rivales dejan la vida, después los veo en otros partidos y parece que caminan"...**
> **HERNÁN BARCOS, DELANTERO DE ALIANZA LIMA**

DATAZO

✱**MARCO** Saravia firmó por año y medio con Defensor Sporting de Uruguay. Los cremas se quedaron con el 20% del pase.

NACIDOS EN LA 'U'

MEMORIAS DE DOS PULGAS

LOS RUIDÍAZ PISAN EL ESTADIO 'MONUMENTAL' PARA ARRUINAR LA NOCHE A UNIVERSITARIO

Duelos de familias. Universitario de Deportes recibe hoy (9 de la noche) en el estadio 'Monumental' a Atlético Grau, que llega con Raúl Ruidíaz en el ataque y su hermano Yamir en el banco de suplentes, ambos nacidos e identificados con la 'U'.
La expectativa crece porque será la primera presentación de la 'Pulga', después de su paso por Estados Unidos, en el estadio de Ate y las miradas y los corazones estarán pendientes de saber cómo recibe la 'Trinchera' al goleador.
Para este compromiso, el paraguayo Williams Riveros estará en el banco de suplentes, luego de su operación de apendicitis. El DT Jorge Fossati ubicará a Edison Flores y Alex Valera en la delantera.
El cuadro piurano también trae en su once a un exmerengue llamado Paulo De La Cruz y, por si fuera poco, su técnico es Ángel Comizzo, quien sacó campeones a los cremas en el 2011.
Es un partido entre 'parientes'.

> **"Tenemos que mantenernos ajenos al nombramiento del nuevo administrador y no descuidarnos del objetivo futbolístico"...**
> **MATÍAS DI BENEDETTO, DEFENSA DE UNIVERSITARIO**



POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **ME PASAN LA VOZ QUE LA 'PATRONA'** del ecuatoriano correlón, que juega en un club de la final de la avenida Javier Prado, ya se enteró que estaba haciendo travesuras y por eso le ha dicho que salga con ella en sus historias de TikTok. Es que el pelotero se vendía de separado y con ese 'floro' avanzaba con las amiguitas. Asu mare... **YA ME CONTARON QUE EL 'RATÓN'** gana más billete timbeando con sus compañeros de equipo que en los casinos. En las concentraciones es el bravo y casi siempre limpia a la gente, pero dicen que ya más de uno se ha dado cuenta de que tiene sus mañas. Guarda que por monedas la muchachada pierde el control. Hummm... **HAY UN RUN RUN QUE LA MAMITA DEL 'RAYO'** ya abrió su tercer restaurante en Lima y cuenta que la inversión y todo el apoyo es de su hijo. Parece que el jugador, al final, piensa en el futuro, haciendo negocio con la autora de sus días. Bien ahí... **EL QUE ANDA ESTAFANDO EN UNA LIGA INTERNA DE PAMPLONA ALTA,** en San Juan de Miraflores, es el arquero que tuvo una historia con una tía de la cumbia. Aseguran que la señora lo 'pechaba', pero él se botaba y ahora la busca, pero la doña ya le dijo que se vaya porque se enteró de que trampeaba por todos lados. Quéeeeee... **ME DIO GUSTO VER A 'YOSHI'** volver a las canchas después de más de un año. A veces esas lesiones en la rodilla te sacan del fútbol. Su familia fue su gran apoyo. Vale... Me voy, soy fuga.

YOSHIMAR YOTÚN REGRESÓ, ANOTÓ E HIZO LLORAR A SUS HINCHAS

SAQUEN LOS PAÑUELOS



Yoshimar Yotún corrió, saltó la valla y se abrazó con su esposa entr mas mientras el resto de su familia lo abrazaba. No era para menos dejó 15 meses sin jugar y una terrible lesión a la rodilla, que al final no lo gó. El volante no solo regresó, sino además cerró la goleada de Cristal co penal bien pateado, de zurda, a su estilo. Luego, la emoción lo embargó a llorar cuando todo el estadio lo aplaudió y sus hijos le regalaron los dib cartulina que mostraron en la tribuna. "Me ha costado un montón. Hubo gente ayudándome. Nunca me sentí solo. El fútbol es mi pasión y Sportin es mi vida. Estoy feliz de regresar y marcar. Tengo 35 años y sentí que fu mera vez", declaró emocionado el mediocampista.

TODOS A CUBRIRSE POR: CARLOS B

ALERTA DE TSUNAM

CRISTAL VOLVIÓ A APLASTAR EN EL CLAUSURA Y ESTA VEZ LE HIZO **5-0** A **SPORT HUANCAYO.** EL MARTES VISITA A ALIANZA LIMA EN MATUTE

Sonaron las alarmas en la tierra, porque las ola tes golpearon y fuerte. Cristal fue el 'tsunami' de una tarde fría y causó desastres en un Spo cayo que se fue con un cruel 5-0 del 'Alberto Por los lados, por el centro, por arriba, por cua resquicio atacó el líder del Clausura que apenas a los 6' primera barricada, cuando Nicolás Pasquini centró y Chr fer Gonzales, el mejor de la cancha, definió con una acro espectacular. El 'Rojo Matador' no supo qué lo golpeó, p volvieron a golpear 10 minutos después cuando Miguel anotó de cabeza y celebró por segunda vez con su nuev seta. El local siguió atacando a un rival donde su defensa una puerta abierta y su volante de marca careció de ord el segundo tiempo, y pese a que Huancayo hizo tres cam se escapó Maxloren Castro y le dijo a 'Canchita' que fest ra su doblete (50'). El impacto siguió siendo profundo en de Ángel Zamudio porque Irven Ávila metió un letal fren los 67' y luego, cuatro minutos después, Yoshimar Yotún al campo y el estadio ovacionó a su capitán. El volante, jugaba desde hacía 457 días, tuvo regalo completo, ya q el marcador de penal en 93'. El partido también tuvo las nes del local Alejandro Pósito y del visitante Alan Pérez a que todo terminara.

Después de 96 minutos pasó el 'tsunami' celeste. El ma Alianza Lima en Matute, habrá otra alerta.

DATAZOS

CHRISTOFER Gonzales anotó su tercer gol acrobático con Sporting Cristal.

LOS celestes ganaron 10 de 11 partidos como locales en lo que va de la Liga 1.

"Cuando se hablan muchas cosas es una oportunidad para tener fortaleza mental, hay que continuar trabajando con humildad"... **PAULO AUTUORI, TÉCNICO DE CRISTAL**

"Hicimos nuestro peor partido del año, sufrimos y ahí está tado"... **RICARDO SALCEDO, VOLANTE DE SPORT HU**

AYACUCHO ESTRENÓ ESTADIO Y EMPATÓ 0-0 CON SPORT BOYS

INAUGURACIÓN SIN BRINDIS

Huamanga.- El escenario encajó perfectamente en el presente de ambos clubes. Ayacucho FC igualó 0-0 ante Sport Boys, en un duelo donde estuvo ausente el festejo, celebración y el brindis por la 'casa nueva'. El estadio 'Las Américas', testigo del partido, tiene una capacidad para 8 mil personas, pero el público dijo presente en una mínima cantidad. Lo rescatable es que los 'rosados' consiguieron su primer punto en el Clausura y que el DT Arturo Reyes, por ahora, sigue en su cargo, aunque un traspié lo sacaría del puesto.



RECIBE A BINACIONAL CON PUNTAJE IDEAL

CUSCO ES UNA MARAVILLA

Cusco.- A seguir sorprendiendo. Cusco FC, la revelación del Clausura, que terminó tercero en el Apertura, recibe hoy (3:15 p.m.) a Binacional en el estadio 'Garcilaso de la Vega'. El local, con puntaje perfecto en dos fechas, anuncia en su ataque al goleador Facundo Callejos y Pierre Da Silva. La visita confirmó en su ofensiva al colombiano Marlon Torres y la única duda es si se mantiene de titular Francesco Flores o en su lugar ingresa Stefano Olaya.

HOY

TARMA/1:00 P.M.	ADT vs. Alianza Universidad



re lágri-
s. Atrás
doble-
on un
y se echó
ujos en
mucha
ng Cristal
e mi pri-

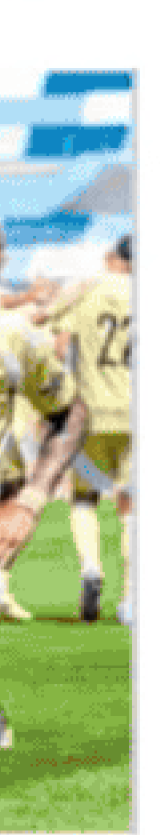
ERNUY

MI

s celes-
de goles
rt Huan-
Gallardo'.
lquier
pasó la
isto-
bacia
ero lo
Araujo
a cami-
a fue
en. Ya en
nbios,
eja-
el arco
tazo a
saltó
que no
ue cerró
expulsio-
antes de

rtes, ante

el resul-
ANCAYO





→CON VALLENATO

DÍAZ DE CERVEZA

COLOMBIANO FUE PRESENTADO EN BAYERN MUNICH Y ES LA TERCERA COMPRA MÁS CARA EN LA HISTORIA DEL CLUB

"Quiero ayudar a mi nuevo equipo con mi forma de jugar al fútbol y mi personalidad"... **LUIS DÍAZ**

DATAZOS

✱**LUIS** Díaz debutará el sábado 2 de agosto cuando Bayern se mida ante Lyon en un amistoso.

✱**EL COLOMBIANO** participó en 148 partidos oficiales con Liverpool (41 goles y 23 asistencias).

✱**ALEXANDER** Isak será el '9' del Liverpool que ofrece 115 millones de euros a Newcastle.

Múnich.- En un torneo de comunidades indígenas realizado en Colombia allá por 2013, el 'Pibe' Valderrama quedó maravillado con un muchacho flaco, corajudo, gambeteador y 'conchudo'. "Este va a llegar lejos", dijo la leyenda y no se equivocó. Ayer, Luis Díaz fue presentado en el Bayern Munich que pagó 75 millones de euros al Liverpool y se convirtió en el tercer fichaje más caro en la historia del cuadro alemán, solo por detrás de Lucas Hernández (80 millones de euros) y Harry Kane (95). El extremo firmó hasta el 30 de junio de 2029 y lucirá el dorsal número 14, teniendo un salario de 14 millones de euros por temporada, cuatro veces más de lo que ganaba en Inglaterra. "Este tipo de fichajes funcionan cuando cada rueda encaja en la otra", destacó Max Eberl, el director deportivo del Bayern.
Es la sétima transferencia de un colombiano en este mercado de pases y se une, entre otros, a Richard Ríos (de Palmeiras a Benfica) y Jhon Arias (de Fluminense a Wolverhampton). El extremo tuvo su primer entrenamiento con los 'bávaros' y es el tercer cafetero en jugar en el Bayern luego de James Rodríguez (2017 a 2019) y Adolfo Valencia (1993 a 1994).



LA MBAPPÉMANÍA

Miles de personas acudieron a la tienda oficial del Real Madrid para hacerse con la nueva camiseta '10' de Kylian Mbappé en el primer día de su venta. La elástica tiene dos precios: 125 y 175 euros. La página web del club recibió también una enorme cantidad de pedidos de la camiseta que apunta a ser la más vendida de la temporada.



OLOR A CAMARÍN

Se acabó la privacidad en camarines y la Premier League autorizó que una cámara pueda entrar en el entretiempo y al final de los partidos, salvo que un club esté perdiendo o haya perdido. Además, habrá entrevistas de jugadores y técnicos en el medio tiempo. Las radios también podrán tener acceso a grabar audios en los vestuarios.

✱CRISTIANO ARRANCÓ CON GOL LA PRETEMPORADA DE AL-NASSR

PROFESOR DE LA TOULOUSE

Grödig.- Primera clase. Cristiano Ronaldo empezó con el pie derecho la segunda parte de la pretemporada del Al-Nassr y anotó para el triunfo 2-1 de su equipo ante el Toulouse francés en un amistoso. Jugando al lado de su compatriota Joao Félix en ataque, 'CR7' empalmó en primera un centro desde la derecha a los 33' y puso el empate transitorio. El gol triunfal lo hizo Mohammed Maran a los 76'. "El hambre nunca se acaba. Aún queda trabajo por hacer y apenas estamos empezando", posteó 'CR7' que jugará el domingo contra Almería en España.



✱MESSI METIÓ FUERZA Y DIO PASES GOL EN TRIUNFO DE INTER MIAMI

CHARLES ATLAS



Miami.- Músculo y magia. Pese a las duras faltas que recibió, Lionel Messi se las ingenió para ayudar con dos pases gol al Inter Miami y vencer 2-1 agónicamente al Atlas en la fecha 1 de la Leagues Cup. A los 57', el astro habilitó a Telasco Segovia para el 1-0 y, tras el empate de los mexicanos, volvió a aparecer en 96' inventándose una jugada, tirando pared con Luis Suárez y dejando que Marcelo Weigandt anote. Messi 'explotó' luego que el VAR convalidara el tanto y le gritó el gol en la cara a Matías Cóccaro. En Inter debutó Rodrigo De Paul.

Reconoce que se sintió traicionada después de que **Fernando Calderón** se tomara una fotografía con **Magaly Medina y notario**



Giuliana llama malagradecido a papá de su hija

Le puso la cruz. La cantante Giuliana Rengifo decidió romper su amistad con el abogado Fernando Calderón, padre de su última hija, ya que él se fotografió junto a Magaly Medina y el notario Alfredo Zambrano en un matrimonio en Arequipa.

Es por ello que la intérprete de 'Tú eres' posteó un mensaje directo para el padre de su hija menor.

"Malagradecido, después que te cubrí, cuidé, ahora me traicionas así", fue el mensaje que acompañó la instantánea.

Giuliana, ¿sientes que se han unido para molestarte?

Esto se desbordó porque sabe con quién se tomó la foto. Me enteré porque me lo enviaron y no entendía nada, me he sentido traicionada.

¿Has conversado con él?

Prefiero no decir nada más porque es el papá de mi hija y lo que colgué es mi sentir. Ni modo, ya sé a qué atenerme.

La piurana prefiere restar importancia a las cosas que haga su expareja y centrarse en su trabajo y su familia.

"Yo sigo trabajando, nadie me para, yo soy cabeza de hogar hace muchos años. Gracias a Dios, el papá de mis hijas, las mayores, me apoya muchísimo. Me va muy bien, yo con tal de tener a mis hijas felices, no me importa asumir todas las responsabilidades. Los problemas que yo tenga con el papá de mi hija menor son míos", finalizó. (J. Lino)

Ezio y Karen fugaron de Máncora



Ezio Oliva y Karen Schwarz hicieron un alto a sus vacaciones familiares en Máncora, para ponerse a buen recaudo ante la alerta de tsunami en el litoral peruano, tras el terremoto de magnitud 8.7 registrado en Rusia.

"Nos despertamos por las alertas que nos llegaban al celular y justo estábamos frente a la playa de Máncora. Todo estaba normal, pero por un tema de prevención hicimos maletas. Espero que no pase nada, cuídense porque esto no es broma", afirmó Ezio.

Por su lado, Karen señaló que lo mejor es estar preparados. "El martes 29 de julio pregunté si todo estaba bien y me dijeron que sí. Dormí tranquila, pero al escuchar las alertas decidimos salir, no nos íbamos a arriesgar", indicó.

Ante alerta de tsunami por terremoto en Rusia



Janet sin paltas con Julián

Janet Barboza aclaró que no le guarda rencor a Julián Zucchi y no tendría ningún problema en amistarse con él, a pesar de que el año pasado la 'parchó' cuando visitó 'América hoy' por afirmar que era infiel.

"La última vez que vino Julián no se portó bonito, pero no soy rencorosa, lo perdonaría. Si yo viviera de rencores entonces estaría en mi casa sin salir y espero que pronto pueda volver al programa. Finalmente, business son business", dijo la 'Rulitos'.

Recordemos que en agosto del año pasado Julián estuvo en 'América hoy' y le dijo a Janet Barboza que lo calificaba de infiel sin conocerlo, y que no hacía eso con otras personas porque eran sus amigos.

Aclara que no tiene nada contra argentino



Afirma que Barraza no cumple con su hijo, pero ella lucha por él

Andrea: José María no me da ni un sol

Andrea Muñoz, madre del hijo de José María Barraza, comentó que el cantante sigue sin aportar un sol para su pequeño, pero ella sigue luchando día a día para sacarlo adelante.

"Yo estoy bien, me siento tranquila junto a mi hijo, sigo luchando día a día para sacarlo adelante. En eso estoy enfocada", dijo Andrea Muñoz.

¿Y José María ya se está haciendo cargo de sus obligaciones?

Actualmente no, pero es algo que por ahora no me interesa. Yo quiero dedicar mi tiempo y energías a mi hijo, a mi trabajo y seguir saliendo adelante. (E.C.)



Melissa sin celos de Barco

Melissa Klug afirmó que su relación con Jesús Barco no está en riesgo, ahora que el futbolista empezó a jugar en el club Alianza Universidad de Huánuco.

"Estoy feliz con cada paso que está dando en su carrera deportiva. Ahora está jugando en un equipo de Huánuco y eso no afecta nuestra relación. Nosotros nos tenemos mucho respeto y confianza, y siempre tendremos tiempo para estar juntos con nuestra hija", señaló Melissa en el programa 'Ponte en la cola'.

Señaló que su relación no se afectará ahora que juega en Huánuco

López se cansó de que le digan vaga y afirma que a ella no le depositan 280 soles, como lo hizo **Cueva con Franco**



Pamela: A MÍ NADIE ME YAPEA

"Nadie me deposita 280 soles para que hablen", así se defendió Pamela López ante los constantes ataques que recibe en las redes calificándola de 'vaga'.

La trujillana usó sus redes para dar su versión.

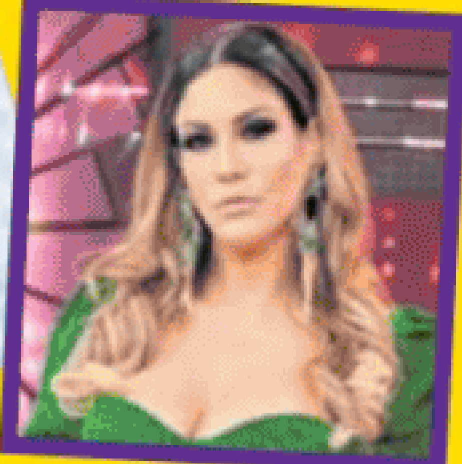
"No entiendo por qué me dicen vaga, ¿me mantienen?, o saben cómo vivo, si yo no percibo manutención hace un año, cómo comen mis hijos. Mis hijos siguen teniendo el mismo estándar de vida, yo sigo con mis uñitas, con mi cabellito (bien arreglado), mis hijos siguen bien vestidos. A mí no me cae el dinero del cielo", explicó.

Luego Pamela López, ante estos ataques, aclaró que a ella no le depositan dinero como lo hacía Christian Cueva con Pamela Franco cuando aún vivían juntos.

"Tienen mi número, ¿me yapean 280 soles (el dinero que Cueva le depositó a Franco)?, cómo existe ese milagro. Saben cómo se hace para generar, para comprarle a mis hijos el uniforme, para pagar la inscripción, para comprar sus bebidas, sus loncheras, sus comidas. Yo trabajo de todo, a mi nadie me da, no me dan nada, yo veo la forma de salir adelante por el bienestar de mis hijos y el mío", indicó.



HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles las últimas de Chollywood... **ANA PAULA CONSORTE** festejó un año más de vida y **PAOLO GUERRERO** le dedicó un romántico mensaje. Eso es amoooor... **NELLY ROSSINELLI** tendrá su propio programa de cocina al finalizar 'El gran chef: Famosos'. Es que 'La mamá de los pericotitos' es dura de matar... **TILSA LOZANO** la pasó mal, ya que el avión que la llevaba a Atlanta para hacer la conexión a Lima tuvo que desviarse por una tormenta eléctrica. La 'vengadora' contó que su salida estaba programada para el 29 y recién al día siguiente pudo viajar a Nueva York y de allí tomar un vuelo a Perú. A bañarse en ruda... **MARICIELO EFFIO** y el bailarín **GEORGE NEYRA** hicieron una activación por Fiestas



Patrias en un restaurante de Miami y pusieron a bailar a todos con danzas peruanas. Esooo... **YOUNA**, expareja de **SAMAHARA LOBATÓN**, está feliz porque su pequeña hija viajó a Estados Unidos para pasar unos días con él. El barbero publicó un video del emotivo reencuentro y es que hace más de un año no ve a su princesa. Buena... Ahora sí me quito porque mi amorcito se cree payaso y dice que es zapatón... Suuuaaaveee.

Nicola se lava las manos

Aclara que no habló de la orientación sexual de Fernando Colunga

Nicola Porcella salió a defenderse después de que se difundiera un audio donde supuestamente se refería a la orientación sexual del actor mexicano Fernando Colunga.

"Hago este video por el respeto que le tengo a Fernando, han sacado de contexto todo, primero que no digo la palabra que dice ahí (gay). Lo único que he hago es enaltecer la carrera de una persona que tiene una trayectoria impresionante. A veces la gente inventa miles de cosas, pero yo admiro a Fernando por cómo ha llevado su vida privada, su carrera, por la familia que tiene. Entonces no inventen cosas.

Si hago esta historia es porque, la verdad, han involucrado a gente que no tiene nada que ver", explicó Nicola.



Chuiman volvió con madame



Grabó comercial con Yvonne Frayssinet

Adolfo Chuiman comentó que tuvo un grato reencuentro con su amiga Yvonne Frayssinet, la popular 'madame', cuando grabaron un comercial.

"Me convocaron para grabar un comercial y de inmediato acepté, fue con Yvonne, es una gran amiga y el público siempre me reclamaba que vuelva a hacer algo con ella. Fue emocionante volver a trabajar juntos, nos hemos divertido mucho, extrañaba a 'madame'", contó Chuiman.

Además, señala que ya ha descansado mucho y espera volver pronto a los escenarios y la televisión. (E.C.)

Beryón revela que peleaban mucho y decidieron separarse en Estados Unidos

Raúl: Con Bárbara se murió el amor

Café con la Chévez

Afirma que había sketches en 'Risas y salsa' que llegaron hasta 60 puntos de rating

Raúl Beryón recuerda en 'Café con la Chévez' el éxito de 'Risas y salsa', su viaje a Estados Unidos y vacila a 'Melcochita'.

En la época de 'Risas y salsa' se hacían 40, 50 puntos de rating...

Sí, Las Chicas del Can llegó a hacer 60, 65 puntos. Lo repetimos cuatro semanas más, hicimos todavía un sketch, porque hicimos también como si fuéramos del camerino para hacerlo y a la siguiente semana ya nos vistieron mejor.

Estabas tú, estaba Adolfo...

Adolfo, Rodolfo, 'Machucao', Jorge Benavides que tocaba atrás los timbales, Petipán, el feo Campos. Alfredo estaba flaquito, junto con Rodolfo Carrión que nunca acertaba el ritmo.

Que en paz descanse, gran amigo. ¿Cuántas veces te salvó de las peleas con Bárbara?

Uy, muchas. Me dio albergue, en el buen sentido de la palabra por si acaso.

Te peleabas mucho con Bárbara, ¿no?

Bueno, sí, por eso es que ya en el 2005, cuando estábamos en Estados Unidos, ya Rico estando grande, mi hijo mayor, decidimos separarnos. El amor se acabó, ni siquiera fue por una pelea.

¿Por qué se van a Estados Unidos?

Se acabó el programa y ella decide emigrar. Después va mi hijo, y como vi que no había una perspectiva de volver a la televisión, dije 'me voy para allá'. Vi crecer a mi hijo y nos separamos.

¿Y después te vienes acá en el 2008?

Sí, me reencuentro con mi actual esposa, con Magaly, y decidimos formar una familia.

¿Te reencuentras?

Nos volvemos a ver, porque ella había sido extra en algunos programas, había bailado en 'El Enchufe'. Ahora tenemos una hija de 14 años.

¿Y tu hijo mayor?

Tiene 34.

¿No eres abuelo?

Todavía no quiere el otro. Se llevan 20 años. Yo cada 20 años voy a tener un hijo, pero no como 'Melcocha', van a ser míos...

No, ¿qué pasa? No seas así...

Una rata yo. No, lo que pasa es que 'Melcochita' aprendió a escribir muy tarde, entonces tenía un lapicero y comenzó a firmar todo lo que le daban.

Leslie echa a Mario Hart

Leslie Shaw aseguró que la familia de Mario Hart tiene muchas influencias en el Poder Judicial, por lo cual no le sorprendió la manera tan rápida que sentenciaron al bailarín húngaro, que fue denunciado por Korina Rivadeneira por tocamientos indebidos.

"Mejor no digo lo que opino porque sino otro chongo más (por el caso Korina). A mí también me quisieron aplicar esa de... uf, si yo hablara. Hace años la 'rata' (Mario) y su papá me quisieron jo..., pero no pudieron, menos mal que me tocó una jueza. Ahí donde lo ven tiene sus contactos, pero al final a esa gente le va mal", comentó la rubia.

Dice que tiene influencias y por eso sentenciaron, en horas, a bailarín húngaro

Barbarita florea a Daniela

Cubana celebra en Perú sus 33 años de vida artística

La cantante cubana Barbarita afirmó que admira a Daniela Darcourt y hay talento entre las jóvenes salseras.

"Daniela canta, baila y actúa, es decir, todo un show hecho persona. Las nuevas generaciones de cantantes salseras sí tienen calibre para lograr que su música dure por siempre porque el problema no es llegar, sino mantenerse y tener tu propio estilo", dijo Barbarita, quien regresó a nuestro país para celebrar sus 33 años de vida artística y lo hace con su propia orquesta y nuevas canciones como 'Loca', que es de su autoría. (M.C.)



Michi sigue casada

Cuenta que aún no puede divorciarse de Paul Fernández

Micheille Soifer reveló que sigue casada con Paul Fernández y aún no puede divorciarse.

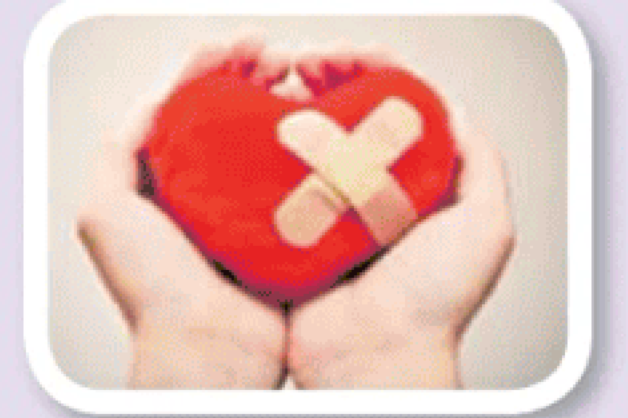
"Ya han pasado 20 años desde que me casé. Yo vivía en Estados Unidos, él fue mi primer enamorado, me sacó la vuelta y vine a Lima. Al año siguiente me busca para pedirme perdón y que regrese a Estados Unidos y el matrimonio fue la solución que encontramos. Nos casamos y perdimos el contacto", dijo 'Michi'.

"Siento que son cosas que uno viene arrastrando. Ahora estoy en otro momento de mi vida, quiero cosas diferentes y necesito tomar cartas en el asunto", añadió.

familia parejas

Cierra ciclos

Sanar heridas antes de iniciar otra relación es un acto de amor propio y también de respeto hacia quien llegue a tu vida.



Sé claro

No tengas miedo de expresar tus expectativas desde el inicio. Evitar malentendidos te ahorrará decepciones y sufrimiento.



No idealices

El amor real tiene errores y encanto. No es perfecto, pero se construye con respeto, paciencia y compromiso. Amar de verdad es aceptar al otro con sus luces y sombras.



¡ATENCIÓN!

CÓMO SABER SI ES AMOR O COSTUMBRE

Si ya no hay ***conexión, sueños ni ganas, puede que estés aferrándote a algo que ya terminó,*** según la psicóloga Juliana Sequera



POR: ESTEFANY VALLADARES

SABÍAS QUE...

Seguir por inercia también es una forma de abandonar el amor propio. Si ya no hay conexión ni complicidad, seguir ahí es una forma silenciosa de decirte que tú no importas tanto.

No todas las parejas siguen juntas por amor. Algunas lo hacen por rutina, por comodidad o simplemente por no enfrentar la incomodidad de una separación. La psicóloga Juliana Sequera nos ayuda a distinguir entre una relación viva y otra que solo se sostiene por inercia.

La costumbre puede disfrazarse de cariño, pero se nota en los silencios incómodos, en la falta de emoción y en el esfuerzo por sostener algo que ya no fluye. Cuando ya no hay interés genuino, y se permanece más por compromiso o por temor a la soledad que por deseo real, la relación empieza a estancarse.

"No se trata de vivir en una eterna luna de miel, pero sí debe sentirse que ese vínculo te impulsa y no te desgasta. El amor sano suma: hay preocupación mutua, alegría al encontrarse, metas compartidas y una conexión que se sigue eligiendo", señala la Sequera.

Si la relación se vuelve mecánica, sin crecimiento ni planes a futuro, y estar juntos comienza a sentirse como una obligación, es momento de mirar con honestidad. "Pregúntate si aún hay motivos reales para continuar. Quédate solo si hay bienestar, si el vínculo aporta, y no por miedo a la soledad o a empezar de cero. No te estanques: también tienes derecho a volver a amar y a ser amada con plenitud", agrega la experta.



SOLO PARA MAYORES

Carlos Sandoval Cáceres
Médico geriatra CMP 26547

UN TIPO DE MALTRATO AL ADULTO MAYOR

Mariana, de 20 años, trabaja cuidando a ancianos. Ella ama su trabajo y se siente identificada con los adultos mayores. En una ocasión fue a cuidar a Rosa, de 80 años, maestra y exdirectora de un colegio.

Mariana trató de congraciarse con ella y comenzó a tratarla 'con cariño' y de tú. Le dijo: 'A ver, abuelita, abre la boquita, para darte tu comidita porque el cuco te va a llevar'. Rosa, en un tono fuerte y claro, pero respetuoso, le respondió: 'Mire, señorita, que sea la primera y última vez que usted me falta el respeto tratándome como a una idiota'. Desde allí, Rosa trató a sus pacientes con respeto, llamándolos por su nombre y tratándolos de usted.

La infantilización es el trato que se le da al adulto mayor como si fuese un niño. Existe el mito de que con los años la persona adulta mayor se convierte en un niño, por lo que muchos son tratados así. Debemos erradicar esta idea y destacar que esa forma es un tipo de maltrato hacia el adulto mayor.

pachogeriatra@gmail.com
Celular: 949-909-505

LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita

Sopa de lentejas



INGREDIENTES

- 1 taza de lentejas previamente remojadas en agua
- 1 cda. de aceite
- 1 cebolla picada
- 2 dientes de ajo picados
- 4 tomates grandes picados
- 1 cda. de pasta de tomate
- 1 papa en cuadraditos
- 1/2 cdta. de comino
- 1/2 cdta. de pimienta
- Culantro picado
- Perejil picado
- Sal al gusto

PREPARACIÓN

- Calentar el aceite en una olla. Dorar la cebolla y el ajo. Agregar los tomates y la pasta de tomate. Mezclar. Añadir las lentejas previamente escurridas. Integrar muy bien. Verter agua hasta cubrir, agregar la papa y tapar. Dejar hervir a fuego alto. Una vez en ebullición, bajar el fuego, sazonar con sal, comino y pimienta. Tapar y cocinar hasta que las lentejas estén suaves, durante 45 minutos. Rectificar la sazón y añadir culantro y perejil antes de servir. Y listo.





TIP

Cuida la limpieza y el orden de tu local. La primera impresión cuenta, y no se repite. Un espacio limpio, bien ordenado y visualmente agradable invita al cliente a entrar, mirar y comprar.

→GABY RIVADENEYRA

'MI TIENDA ES CHIQUITA, PERO BIEN SURTIDA'

✖Tras perderlo todo en el incendio de Mesa Redonda en 2001, volvió a empezar y abrió su bodega librería bazar en Carabayllo

POR: ESTEFANY VALLADARES

A sus 60 años, Gaby Rivadeneyra es una mujer fuerte, sonriente y con un corazón enorme. Hace una década levantó, con mucho esfuerzo, su Librería Bazar Gaby en Carabayllo, que tras la pandemia también se convirtió en bodega. Desde entonces, atiende a sus vecinos con cariño y ese olfato natural para los negocios. Pero detrás de su sonrisa hay una historia de lucha que conmueve.

"En 2001 estuve en el incendio de Mesa Redonda porque vendía productos eléctricos. Me sacaron desmayada. Lo perdí todo, pero Dios me dio otra oportunidad y no la desaproveché", recuerda.

Aquel momento marcó su vida, pero también la impulsó a empezar de nuevo. Comenzó desde cero: trabajó en limpieza, cuidó a personas y, poco a poco, reunió lo necesario para abrir su tienda. Empezó vendiendo útiles escolares, adornos y artículos de bazar. Sin embargo, con la llegada de la pandemia decidió ampliar su oferta. **"Los vecinos me pedían abarrotes, así que comencé a stockear mi tienda. Atendía a reja cerrada, como hasta ahora. La Asociación de Bodegueros del Perú me dio un salvoconducto para poder salir a comprar con tranquilidad",** recuerda.

Hoy no solo ofrece abarrotes, golosinas y bebidas, sino también regalos personalizados, cosméticos, perfumes, carteras, ropa de cama y hasta ollas. **"Mi tienda es chiquita, pero bien surtida. Si el cliente quiere algo y no hay, me las ingenio para conseguirlo",** dice con orgullo.

Gracias a su negocio, ha podido sacar adelante sola a sus cinco hijos. **"Una ya es abogada, otro estudia en SENATI. Todo ha sido con este negocio. Estoy orgullosa de lo que he logrado. Mi mayor satisfacción es ver a mis hijos realizados. Definitivamente, el que no arriesga no gana",** afirma.

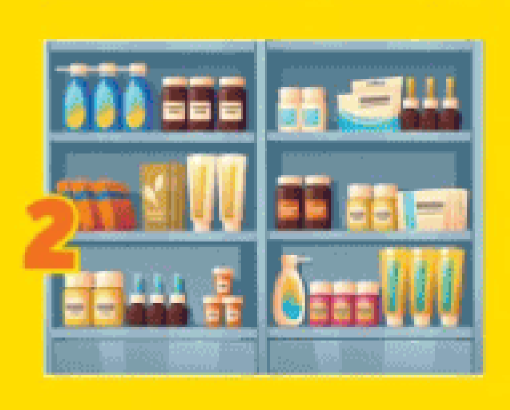
¿Su secreto? Buena atención, orden, limpieza y engreír a sus clientes estrella: los niños. "Los trato como si fueran mis propios nietos", indica doña Gaby, con una sonrisa que refleja todo lo que ha construido con amor y coraje.



5 TIPS PARA ORDENAR TUS VITRINAS Y ESTANTES



1 **LIMPIA EL VIDRIO TODOS LOS DÍAS.** El polvo y las huellas hacen que el cliente pase de largo. Un vidrio limpio resalta tus productos.



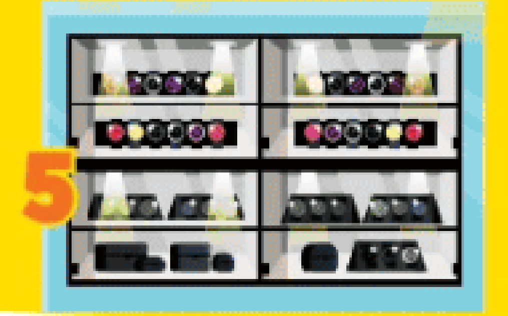
2 **COLOCA LO MÁS VENDIDO Y LO MÁS COLORIDO AL FRENTE.** Golosinas, dulces, bebidas. Alterna entre productos de necesidad y antojos.



3 **CAMBIA LA POSICIÓN DE TUS PRODUCTOS.** Renovar el orden da la sensación de novedad. Esta estrategia puede generar mayores ventas.



4 **USA CARTELES CON OFERTAS.** Un papel con plumón puede ser suficiente: 'Chocolates a 2x1', 'Gaseosas heladas', 'Detergente económico'.



5 **ILUMINA BIEN TU VITRINA.** Si tienes tienda abierta hasta la noche, una lucecita bien ubicada marca la diferencia. Puedes usar luces led.

trome ESCOLAR

CHOQUES ARMADOS SON CONSTANTES ENTRE AMBOS PAÍSES ASIÁTICOS

¿QUÉ ENFRENTA A TAILANDIA Y CAMBOYA?



TAILANDIA


CAMBOYA



PREAH VIHEAR

Períodos de paz *dan paso a la guerra* cada cierto tiempo

El reciente enfrentamiento militar entre Camboya y Tailandia, con decenas de muertos, se explica por una disputa territorial de más de un siglo entre ambas naciones de Asia.

Cuando no eran lo que hoy son, el Reino de Siam –hoy Tailandia– y la Indochina Francesa –colonia de Francia que incluía a las actuales Laos y Camboya– fijaron sus fronteras con tratados en 1904 y 1907.

Con esos límites, Francia otorgó en 1945 la independencia al entonces Primer Reino de Camboya.

Sin embargo, en la década de 1950, Tailandia objetó los límites y reclamó la propiedad del antiguo templo hindú de Preah Vihear, construido en la cima de un acantilado en las montañas Dângrêk, en la provincia de Preah Vihear, en Camboya.

Llevado el caso a la Corte Internacional de Justicia (CIJ) de La Haya, esta falló en 1962 a favor de Camboya.

Tailandia, reacia a reconocer lo resuelto, y Camboya al insistir en su soberanía sobre el templo y sus alrededores, tuvieron breves enfrentamientos hasta los graves choques fronterizos de 2008, luego de que la Unesco declaró al templo Preah Vihear como Patrimonio Mundial de la Humanidad camboyano.

Eso desató choques militares fronterizos entre 2008 y 2011. Tras la paz desde entonces, Tailandia y Camboya se han enfrentado de nuevo este año.

LA YAPA

En 2013, la Corte Internacional de Justicia resolvió que Camboya tiene derechos también sobre la zona contigua al centro religioso de Preah Vihear, reclamada junto al templo por Tailandia, país que a su vez desconoce lo resuelto por ese tribunal y exige negociaciones bilaterales destinadas a fijar de nuevo las fronteras entre los dos países. Camboya, que heredó las fronteras que recibió al declarar su independencia de Francia, rechaza modificar los límites ya establecidos.

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿Cómo producen las abejas su característico zumbido? El zumbido característico de las abejas se produce principalmente por el rápido movimiento de sus alas y la vibración de los músculos de su tórax. Las alas de una abeja pueden batir hasta 200 veces por segundo, lo que crea ondas sonoras que percibimos como un zumbido. Este sonido también puede variar en tono e intensidad dependiendo de la velocidad del aleteo y la frecuencia de las vibraciones.

CÓMO SE ESCRIBE

Bruma

Nubosidad en niveles bajos, usualmente sobre la superficie del mar. Se produce cuando hay partículas de agua suspendidas en el aire que dificultan la visibilidad. Si la humedad es superior y se produce en tierra, recibe el nombre de neblina y si tapa casi por completo los rayos solares, impidiendo la visión, ya se habla de niebla. En sentido figurado, bruma se usa en situaciones que no son del todo claras.

CATEDRAL DE SANTA CATALINA

De estilo barroco plateresco, la catedral de Santa Catalina, ubicada en la Plaza Mayor de la ciudad de Cajamarca, fue construida en los siglos XVII y XVIII con basamentos extraídos de los palacios y construcciones incaicas. En su interior está la venerada Virgen de los Dolores, patrona de la ciudad. Posee una extraordinaria fachada barroca trabajada en lava volcánica, columnas salomónicas y una gran custodia –La Preciosa– elaborada en oro y plata.



curiosidades

LOS PECES NO TIENEN TÍMPANO, PERO OYEN



A pesar de no tener tímpano, los peces sí pueden oír gracias a su oído interno y a la capacidad del agua para transmitir vibraciones sonoras. El sonido viaja a través del agua y llega al oído interno del pez, donde se encuentran células ciliadas que detectan las vibraciones y las transmiten al cerebro. Además, algunos peces tienen estructuras accesorias que mejoran su capacidad auditiva, como la vejiga natatoria, que puede amplificar las vibraciones sonoras y transmitirlas al oído interno. En ciertas especies, una cadena de pequeños huesos conecta la vejiga natatoria al oído interno, lo que les permite percibir un rango más amplio de sonidos y frecuencias.


SU VARITA CONVIERTE CARTONES EN BILLETITO
REGALAMOS MÁS DE S/200MIL EN PREMIOS
1 PREMIO DE S/ 20,000
8 PREMIOS DE S/ 5,000
20 PREMIOS DE S/ 1,000
1,000 PREMIOS DE S/ 100*
900 PREMIOS DE S/ 50*
EL MAGO BILLETÓN
trome
CARTILLAS
ESTE LUNES 4 DE AGOSTO
Reclama tu primera cartilla
RECORRE LAS CARPAS Y GANA:
1
Este LUNES 4 de agosto y LOS 4 LUNES posteriores, recibirás por la compra de tu diario, una CARTILLA GRATIS.
2
De LUNES A DOMINGO, busca al interior los cupones impresos.
ENCUENTRA 6 CUPONES DE LUNES A VIERNES ¡Y 8 CUPONES LOS SÁBADOS Y DOMINGOS!
3
RECORTA Y PEGA tus cupones de acuerdo a la numeración impresa en tu cartilla de bingo.
4
Una vez completes todos los números de una de las letras de BINGO, ¡HABRÁS GANADO EL PREMIO RESPECTIVO!
EJEMPLO: ¡GANASTE S/20,000!
Si ganaste un premio...
De S/.50* o S/.100* en Lima Metropolitana:
Acércate a tu canillita de confianza y preséntale tu cartilla para que puedan verificar y coordinar la entrega de tu premio.
De s/.1,000 a más en Lima Metropolitana:
JR. PARACAS 532 PUEBLO LIBRE, LIMA
Los martes y jueves de 10:00 a.m. a 1:00 p.m. y de 2:00 p.m. a 4:00 p.m.
Fuera de Lima, acercate a:
CALLE JOSE T GARCÍA 154, HUACHO
De lunes a viernes de 9:00 a.m. a 1:00 p.m.
URB. LOS VIÑEDOS DE SANTA MARÍA MZ. K-28, ICA
De lunes a viernes de 6:00 a.m. a 11:00 a.m.
JR. CHINCHA BAJA 128, CHINCHA
De lunes a viernes de 8:00 a.m. a 9:00 a.m.
* En Lima Metropolitana: Se entregarán los premios de S/50 y S/100 solo en efectivo.
* En provincia: Se entregarán los premios de S/50 y S/100 solo en formato de gift card.
EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC 20143229816
trome
Siempre te da más



NOVELA DE ISAACS
CONTINENTE
REGISTRO INDUSTRIAL
DIOSA LA TIERRA
TODO (INGLÉS)
REY (PORTUGUÉS)
ADEMÁS DE
DIGNIDAD PAPAL
JUEZ DE LOS INFIERNOS
MES DE CAPRICORNIO
INGRESARÁ
DISTRITO DE LIMA
FRESCO (INGLÉS)
CUERO DE CABRA
REPETIDA
GIAN PIERO ... (ACTOR)
REGALARÁ
DE ESTA MANERA
CONSONANTE
CAUTELA, PRUDENCIA
CADA 24 HORAS
PREFIJO TRES
REZAR
HIPERTENSIÓN INTRAABDOMINAL
NOTA MUS.
CONDICIÓN DE RALO
CARCAJADAS
AFLUENTE DEL RIN
UVA SECA
MAR SITUADO EN ASIA CENTRAL
USAIN ... ATLETA OLÍMPICO JAMAICANO
RÍO DE POLONIA
3.1416
DEL VERBO ORAR
"CANTAR DE MIO ..."
SEMEJANTE
FINALIZAS, ACABAS
... MAHAL, MONUMENTO EN LA INDIA
HIELO (INGLÉS)
"JESÚS HOMBRE SALVADOR"
NO EN QUECHUA
UNA FRUTA EN PLURAL
FINAL VERB.
INDICA LUGAR
SUROESTE
POBLACIÓN ACTIVA
"... CATITA" (SEGURA)
ESTE
REGALAR
MAR (INGLÉS)
TRANQUILO
IMPULSO
ESCUCHARÁN
INFIERNO, AVERNO
INVENTÓ LA PILA
PORCIÓN DEL INTESTINO DELGADO
PIEZA EN ESCUDOS DE ARMAS
VENCIÓ A GOLIAT
PINTOR Y ESCULTOR ESPAÑOL
MALVADO
1RA CAP. DE JAPÓN
PRÍNCIPE TÁRTARO
PREFIJO VINO
LAMBDA, RHO
CONSERVA DE FRUTA
ELOGIE
SALIDA DEL SOL
NOVENOS
ASES
SODIO

TU HORÓSCOPO


21.3 | 19.4

ARIES. La mente es muy poderosa, piensa en un deseo con fe y se hará realidad. Cumple tus promesas este jueves.


20.4 | 20.5

TAURO. No es recomendable tomar decisiones apresuradas, especialmente si se trata de temas financieros.


21.5 | 20.6

GÉMINIS. La vida te está presentando duras pruebas, pero sacarás a relucir todo tu talento. Noticias positivas.


21.6 | 22.7

CÁNCER. Dejar ir es una buena opción si es que algo no te conviene. Resuelve esos asuntos pendientes. Decide de una vez.


23.7 | 22.8

LEO. Surgirán nuevos retos que pondrán a prueba tu capacidad. Brinda lo mejor en esta etapa de tu vida. Lo lograrás.


23.8 | 22.9

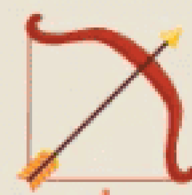
VIRGO. Da un giro positivo a tu vida. No es tiempo de lamentarse por las cosas que pasaron. Supérate cada día.


23.9 | 22.10

LIBRA. El amor llegará a su tiempo, no te desesperes. Si ya lo tienes, lo mejor es la sinceridad y respeto.


23.10 | 21.11

ESCORPIO. Estás atravesando una etapa de estrés y cansancio. La compañía de amistades te hará bien. Toma decisiones.


22.11 | 21.12

SAGITARIO. Avanza en lo laboral y personal. Se viene una sorpresa agradable que te levantará el ánimo. Cuida ese dinero.


22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Te sientes agotado mentalmente, duerme tus horas. Alguien importante te dará la mano para cumplir ese proyecto.


20.1 | 18.2

ACUARIO. Llega una etapa laboral creativa y productiva. Podrás mejorar tus ingresos con trabajos extras. No te desanimes.


19.2 | 20.3

PISCIS. Es hora de iniciar lo que tienes en mente. El tiempo pasa volando y tienes que actuar. Brinda lo mejor de ti.

PURAS letras

PROCLAMACIÓN DE LA INDEPENDENCIA DEL PERÚ



F	A	A	Q	F	A	Z	V	G	E	N	E	R	A	L	D	E	F	A	Z	Y
V	Z	A	F	U	P	O	R	V	O	L	D	A	Z	V	B	A	F	A	E	P
G	A	Z	E	D	E	S	T	E	M	O	M	E	N	T	O	F	D	L	D	O
D	V	Z	A	T	V	D	E	S	D	C	V	F	G	D	D	R	P	A	E	R
A	L	G	A	X	N	Z	I	J	U	S	T	Y	D	A	E	E	D	I	G	L
T	F	O	F	A	Z	E	A	O	F	A	Z	V	T	N	R	A	E	N	B	A
N	F	A	S	V	Z	A	I	F	S	F	A	R	E	U	A	S	S	D	A	J
U	F	A	Z	P	E	F	A	D	V	D	E	G	E	D	V	U	C	E	V	U
L	V	Z	A	E	U	V	Z	A	N	B	E	S	F	F	A	A	U	P	X	S
O	F	A	R	D	H	E	F	A	I	E	D	F	V	Z	A	C	V	N	A	T
V	Z	B	O	Y	D	C	B	L	D	E	P	P	I	F	A	U	I	C	F	I
A	I	I	N	D	T	V	A	L	S	F	F	E	A	E	Z	S	V	A	F	C
L	D	I	E	S	Z	L	F	D	O	V	Z	A	D	T	N	E	F	F	F	I
R	F	U	U	A	A	A	E	F	A	S	D	A	Z	N	R	D	D	D	A	A
O	Q	J	F	V	D	E	F	R	T	G	F	A	Z	V	I	D	E	F	A	Z
P	V	A	I	C	N	E	D	N	E	P	E	D	N	I	A	L	A	V	I	V
F	A	V	A	D	Y	N	U	S	E	D	Y	T	R	F	V	C	E	D	N	I
V	I	V	A	L	A	P	A	T	R	I	A	D	E	S	U	C	A	Y	D	A

- El Perú es desde
- este momento
- libre e
- independiente,
- por la voluntad
- general de
- los pueblos
- y por la justicia
- de su causa
- que Dios defiende.
- ¡Viva la patria!
- ¡Viva la libertad!
- ¡Viva la independencia!

TE AMO

MI ÚLTIMA RELACIÓN FUE HACE DIEZ AÑOS

Cartas: Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com

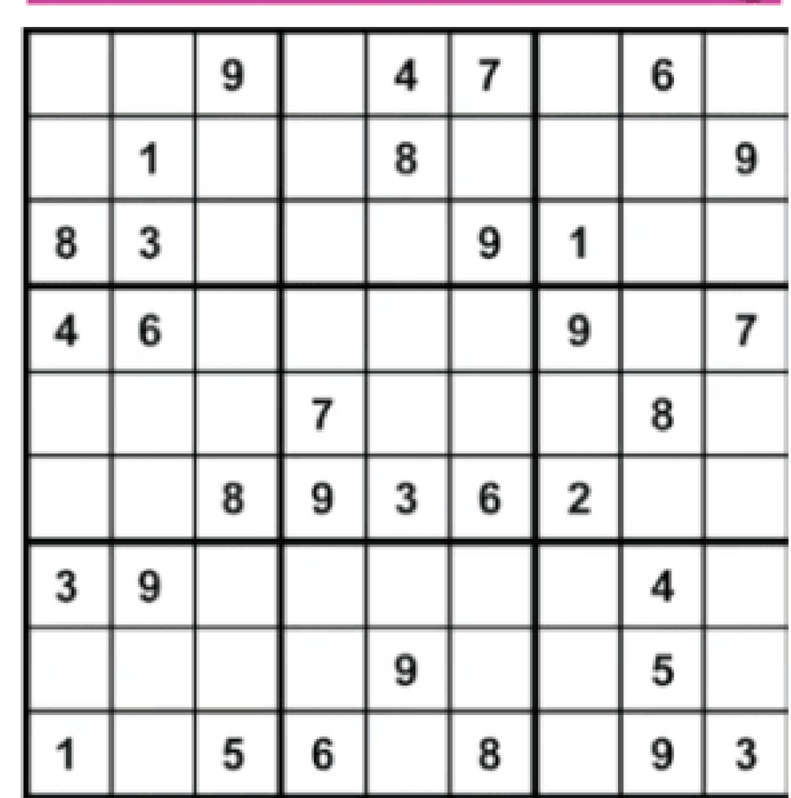


MARTÍN (63).- Doctora Carmen, soy un hombre con valores firmes, pero reconozco que no he tenido suerte en el amor. Mi última relación fue hace diez años y, desde entonces, no he vuelto a ilusionarme con nadie. Hoy estoy listo para darme una nueva oportunidad y conocer a una mujer que comparta mis ideales, con deseos de crecer y salir adelante juntos. Sobre todo, una compañera con quien pueda conversar, compartir momentos y construir una relación basada en el respeto, la confianza y el amor. Las interesadas pueden escribirme al WhatsApp: **974-433-182.**

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito:
Como siempre les digo a mis lectores, nunca es tarde para volver a ilusionarse, sobre todo cuando hay claridad en lo que se busca, respeto, conversación y un futuro compartido. Solo es cuestión de tiempo para que encuentres a la mujer de tu vida. **Suerte.**

TROME sudoku 470



		9		4	7		6	
	1			8				9
8	3				9	1		
4	6					9		7
			7				8	
		8	9	3	6	2		
3	9						4	
				9			5	
1		5	6		8		9	3

TROME SERIES

PRIME VIDEO
LA MEJOR HERMANA



TEMPORADAS: 1
CAPÍTULOS: 8

La serie explora la relación entre dos hermanas muy distintas. Chloe, una exitosa ejecutiva con una vida casi perfecta. Mientras que Nicky lucha con la adicción y vive al límite. Tras el brutal asesinato de Adam, esposo de Chloe y ex de Nicky, se enfrentan a un doloroso reencuentro que revelará secretos familiares.

SOLUCIÓN GRAMA



¡GRAN ESTRENO!

Café con la Chevez

/tromepe
/tromepe
/tromepe
/tromeoficial

ACTOR CÓMICO HABLA DE TODO CON UN CAFECITO

BERYÓN: CON BÁRBARA SE MURIÓ EL AMOR

MÍRALA POR YOUTUBE

CONDUCE: CARLA CHÉVEZ

LOS SECRETOS DE FERNANDO COLUNGA



Este Búho recuerda con nostalgia esos años noventa, cuando mi viejita se sentaba frente a su enorme **televisor Panasonic** y a la hora del almuerzo sintonizaba el melodrama mexicano por excelencia, **'María la del barrio'.** Entonces me obligaba a verla con ella. Y mientras yo suspiraba por la hermosa protagonista, **Thalía**, ella lo hacía por el galanazo de moda, **Fernando Colunga**. Era una rutina necesaria mientras almorzábamos un rico arroz con pollo y su sarsa criolla o unas lentejitas con su pejerrey arrebozado. Las novelas mexicanas han apuntalado –de alguna manera- la idiosincrasia peruana. Varias generaciones crecieron con ellas. Impusieron su moda y palabras. Recuerdo esto luego de leer un comentario desatinado y fuera de lugar de un compatriota peruano que radica en **México**, quien sin ningún rubor habla de la sexualidad de uno de los galanes más prestigiosos y respetables de **Latinoamérica**, a quien no le llega ni a los talones; me refiero a **Fernando Colunga**. El mexicano tiene una trayectoria de cerca de 40 años, sin escándalos ni enfrentamientos. Aunque **estudió ingeniería civil**, su pasión siempre fue la actuación que lo llevó a la cima de la gloria. Ha sabido cultivar su carrera a base de esfuerzo y disciplina. A sus 59 años sigue protagonizando producciones internacionales. Y también sigue siendo el adonis de muchas mujeres de base cuatro en adelante. Colunga supo mantener a los periodistas a raya, pues lleva una vida privada lejos de las luces y reflectores.



Es quizá por eso que se han creado leyendas urbanas sobre sus romances. En su momento se especuló que tuvo un affaire con la misma **Thalía** y hasta con la ojiverde **Aracely Arámbula**, quien fue pareja de **Luis Miguel**. En la industria mexicana se conoce a **Colunga** por su sobriedad, su profesionalismo y porque nunca estuvo involucrado en algún barullo. 'No me gusta perder el tiempo en escándalos', dijo alguna vez. Su dilatada carrera está marcada por novelas estelares que fueron la sensación en su época: **'María Mercedes',** en la que fue contratado en un papel secundario para 9 capítulos, pero terminó grabando 90. Esto le sirvió para saltar como protagonista en **'María la del barrio',** en 1995, en donde interpretó a **Luis Fernando de la Vega.** Desde entonces su ascenso fue meteórico: **'Marimar', 'Esmeralda', 'La usurpadora', 'Abrázame muy fuerte', 'Amor real',** entre otras producciones. Hace un par de años pude conversar con **Colunga,** con motivo del lanzamiento de **'El secreto de la familia Greco',** una producción de **Netflix**. Ya no protagonizó al galán de siempre, sino a un asesino, un personaje con una mirada fría y perversa. Hizo un giro radical, porque quiso imponerse nuevos desafíos profesionales. En esa conversación le consulté si acaso los años, la vejez, no era lo peor que le podría pasar a un galán de telenovelas. Y él respondió: 'No, creo que eso es algo que desde el primer día que naces sabes que va a suceder. Eso no viene con el galán de telenovela, eso viene con la vida. Simplemente hay que irse amoldando a las cosas'. A sus casi seis décadas, la prensa mexicana asegura que **Colunga** acaba de convertirse en papá, fruto de su relación con la actriz y modelo **Blanca Soto.** Pese a ello, ninguno de los dos ha querido confirmarlo. Él se mantiene firme en sus convicciones, de no darle 'carnecita' a la prensa rosa. Le doy la noticia a mi viejita y vuelve a suspirar, pero ya no por amor, sino de resignación, pues en sus años mozos **Colunga** fue, como ahora dicen los muchachitos, su 'crush'. Apago el televisor.*